

UNISC- UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL

CURSO DE NUTRIÇÃO

Veronica Nadine de Carvalho

**CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS E IN NATURA POR ADULTOS
E SUA RELAÇÃO COM O ESTADO NUTRICIONAL**

Santa Cruz do Sul
2019

CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS E IN NATURA POR ADULTOS E SUA RELAÇÃO COM O ESTADO NUTRICIONAL

Veronica Nadine de Carvalho, Acadêmica do curso de Nutrição, Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

Isabel Pommerehn Vitiello, Nutricionista Docente do Departamento de Educação Física e Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

RESUMO:

Introdução: O padrão alimentar vem sofrendo mudanças na grande maioria dos países, principalmente na substituição de alimentos in natura ou minimamente processados por alimentos industrializados, submetidos a métodos que podem alterar de modo desfavorável a sua composição nutricional. **Objetivo:** Associar o consumo alimentar com o estado nutricional de trabalhadores industriais. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo transversal, de caráter analítico. Foram utilizados dados de 38 trabalhadores industriais de ambos os sexos, com idade variando de 28 e 50 anos. **Resultados:** Entre os participantes 44,7% apresentavam o IMC dentro da normalidade, 65,8% sem risco para doenças pela classificação da CC, e 55,3% apresentou risco moderado na classificação da Relação Cintura Quadril (RQC). Foram encontradas associações significativas entre o consumo de alimentos processados/ultraprocessados e IMC ($p=0,031$), alimentos processados/ultraprocessados e CC ($p=0,001$) e de alimentos processados/ultraprocessados e RCQ ($p=0,003$). Observou-se que 48,5% dos indivíduos com excesso de peso apresentaram um alto consumo de alimentos industrializados. **Discussão:** A população estudada demonstrou maior percentual de excesso de peso, isto foi comparado com outro estudo, sendo interessante observar a transição nutricional com o aumento no consumo de alimentos processados. Foi encontrado maior consumo de alimentos processados/ultraprocessados em indivíduos com escolaridade mais baixa, sugerindo que o nível de conhecimento das pessoas tem influência sobre suas escolhas alimentares. **Conclusão:**

Espera-se que estes resultados contribuam para o maior conhecimento acerca do tema investigado, mostrando a importância de ações de educação alimentar e nutricional e a adoção de um estilo de vida saudável.

Palavras-chave: Consumo de alimentos, estado nutricional, comportamento alimentar, saúde do trabalhador.

CONSUMPTION OF INDUSTRIALIZED AND IN NATURA FOODS BY ADULTS AND ITS RELATIONSHIP TO THE NUTRITIONAL STATE

ABSTRACT:

Introduction: The food pattern has undergoing changes in most countries, mainly in the replacement of nature foods or minimally processed by industrialized foods, submitted to methods which can change in an unfavorable way their nutritional composition. Objective: Associate food consumption with nutritional status of industrial workers. Materials and methods: This is a transversal study of analytical character. Was used data from 38 industrial workers of both sexes, between the ages 28 e 50 years. Results: Among the participants, 44.7% had BMI within normal limits, 65.8% without risk for diseases, and 55.3% presented moderate risk in the classification of the Waist-Hip Ratio (WHR). There were significant associations between the consumption of processed / ultraprocessed foods and BMI ($p = 0.031$), processed / ultraprocessed foods and WC ($p = 0.001$) and processed / ultraprocessed foods and WHR ($p = 0.003$). It was observed that 48.5% of individuals with overweight showed a high consumption of processed foods. Discussion: The population studied reveals a higher percentage of overweight, this was compared with another study, and it's interesting to observe the nutritional transition with the increase in the consumption of processed foods. Found increased consumption of processed / ultraprocessed foods in individuals with lower education, suggesting that people's level of knowledge has influence on their food choices. Conclusion: It is expected that these results contribute to increased knowledge about the investigated theme, showing the importance of food and nutrition education activities and the adoption of a healthy lifestyle.

Key words: Food consumption, nutritional status, food behavior, worker's health.

REFERÊNCIAS

ABESO – Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. Diretrizes Brasileiras de Obesidade. 4.ed. São Paulo – SP, 2016.

Barbalho, S.M.; Quesada, K.; Bechara, M.D.; Gabaldi, M.R.; Goulart, R.A.; Tofano, R.J.; Gasparini, R.G. Síndrome metabólica, aterosclerose e inflamação: tríade indissociável?. *Jornal Vascular Brasileiro*. Porto Alegre. Vol. 14. Num. 4. 2015. p. 319-327.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed., 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

Cembranel, F.; Hallal, A.L.C.; González-Chica, D.A.; Orsi, E. Relação entre consumo alimentar de vitaminas e minerais, índice de massa corporal e circunferência da cintura: um estudo de base populacional com adultos no Sul do Brasil. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Vol. 33. Num.12. 2017.

Freitas, E.S.; Canuto, R.; Henn, R.L.; Olinto, B.A.; Macagnan, J.B.A; Pattussi, M.P.; Busnello, F.M.; Olinto, M.T.A. Alteração no comportamento alimentar de trabalhadores de turnos de um frigorífico do sul do Brasil. *Ciência e saúde coletiva*. Rio de Janeiro. Vol. 20. Num. 8. 2015. p. 2401-2410.

Hall, K.D.; Ayuketah, A.; Brychta, R.; Cai, H.; Cassimatis, T.; Chen, K.Y.; Chung, S.T.; Costa, E.; Courville, A.; Darcey, V.; Fletcher, L.A.; Forde, C.G.; Gharib, A.M.; Guo, J.; Howard, R.;

Joseph, P.V.; McGehee, S.; Ouwerkerk, R.; Raisinger, K.; Rozga, I.; Stagliano, M.; Walter, M.; Walter, P.J.; Yang, S.; Zhou, M. Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad Libitum Food Intake. *Cell Metabolism*. Vol. 30. 2019. p. 1-11.

Lange, S.G.; Lopes, J.I.; Navarro, F. Prevalência de sobrepeso e obesidade em funcionários das escolas municipais de um município do oeste do Paraná. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 7. Num. 42. 2013. p. 125-130.

Lean, M.E.J.; Han, T. S.; Morrison, C. E. Waist circumference as a measure for indicating need for weight management. *BMJ*. Vol. 311. 1995. p. 158-61.

Malta, D.C.; Andrade S.C.; Claro, R.M.; Bernal, T.I.; Monteiro, C.A. Evolução anual da prevalência de excesso de peso e obesidade em adultos nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal entre 2006 e 2012. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. São Paulo. Vol. 17. Num. 1. 2014. p. 267-276.

Martino, F.A.N.; Borges, M.B.; Guedes, D.P. Hábito alimentar e síndrome metabólica em uma amostra de adultos brasileiros. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*. Vol.64. Num. 3. 2014.

Martins, P. C.; Carvalho, M. B.; Machado, C. J. Uso de medidas autorreferidas de peso, altura e índice de massa corporal em uma população rural do nordeste brasileiro. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. São Paulo. Vol. 18. Num. 1. 2015. p. 137-148.

Mendonça, J.L.S.; Santos, P.B.; Santos, R.P.; Rocha, V.S. Consumo de grupos de alimentos em adultos com excesso de peso. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 12. 2018. p. 245-252.

Norton K.; Olds T. *Anthropometrica: a textbook of body measurement for sports and health courses*. Sydney: University of New South Whales Press. 2000.

Pohl, H.H.; Arnold, E. F.; Dummel, K. L.; Cerentini, T. M.; Reuter, É. M.; Reckziegel, M. B. Indicadores antropométricos e fatores de risco cardiovascular em trabalhadores rurais. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. São Paulo. Vol. 24. Num. 1. 2018. p. 64-68.

Santos, J.S.; Amadio, M.B. Proposta e aplicação de um questionário de frequência alimentar baseado no guia alimentar para a população brasileira. *Revista de Iniciação Científica, Tecnológica e Artística Edição Temática em Saúde e Bem-estar*. São Paulo. Vol. 7. Num. 5. 2018.

Schnabel L.; Kesse-Guyot E.; Allès B.; Touvier, M.; Srouf, B.; Hercberg, S.; Buscail, C.; Julia, C. Association Between Ultraprocessed Food Consumption and Risk of Mortality Among Middle-aged Adults in France. *JAMA Intern Med*. Vol.179. num. 4. 2019. p. 490–498.

Torres-Zapata, A. E. et al. Hábitos alimentarios y estado nutricional en trabajadores de la industria petrolera. *Horiz. sanitario, Villahermosa*. Vol. 16. Num. 3. 2017. p. 183-190.

Vandevijvere, S.; Ridder, K.; Fiolet, T.; Bel, S.; Tafforeau, J. Consumption of ultra-processed food products and diet quality among children, adolescents and adults in Belgium. *European Journal of Nutrition*. Num. 28 (suppl. 4). 2018. p. 1-12.

Vinholes, D.B.; Assunção, M.C.F.; Neutzling, M. B. Frequência de hábitos saudáveis de alimentação medidos a partir dos 10 Passos da Alimentação Saudável do Ministério da Saúde: Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Vol. 25. Num. 4. 2009. p. 791-799.

World Health Organization. BMI classification. 2006. Disponível em:

<<http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi>>. Acesso em 19/03/2019.

