

FACULDADE DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANÇA DE MOSSORÓ
(FACENE/RN)

CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

ÉLIDA CHRISTINA MORAIS DIAS

**ALTERAÇÕES NO CONSUMO ALIMENTAR DOS BRASILEIROS, COM ÊNFASE
NOS ALIMENTOS BÁSICOS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO DA
POPULAÇÃO.**

MOSSORÓ/RN

2021

ÉLIDA CHRISTINA MORAIS DIAS

**ALTERAÇÕES NO CONSUMO ALIMENTAR DOS BRASILEIROS, COM ÊNFASE
NOS ALIMENTOS BÁSICOS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO DA
POPULAÇÃO.**

Monografia apresentada à Faculdade Nova
Esperança de Mossoró – FACENE/RN – como
requisito obrigatório para obtenção do título/grau
de bacharela em Nutrição.

Orientador (a): profa. Ana Karollyne Queiroz

MOSSORÓ/RN
2021

Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró/RN – FACENE/RN.
Catalogação da Publicação na Fonte. FACENE/RN – Biblioteca Sant'Ana.

D541a Dias, Élide Christina Morais.

Alterações no consumo alimentar dos brasileiros, com ênfase nos alimentos básicos marcadores da alimentação da população / Élide Christina Morais Dias. – Mossoró, 2021.
38 f. : il.

Orientadora: Profa. Esp. Ana Karollyne Queiroz.
Monografia (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró.

1. Consumo alimentar. 2. Prato-base. 3. POFs. 4. Cesta básica. I. Queiroz, Ana Karollyne. II. Título.

CDU 613.2(81)

ÉLIDA CHRISTINA MORAIS DIAS

**ALTERAÇÕES NO CONSUMO ALIMENTAR DOS BRASILEIROS, COM ÊNFASE
NOS ALIMENTOS BÁSICOS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO DA
POPULAÇÃO.**

Monografia apresentada à Faculdade Nova
Esperança de Mossoró – FACENE/RN – como
requisito obrigatório para obtenção do título/grau
de bacharela em Nutrição.

Aprovado em 03 / 12 / 2021 .

BANCA EXAMINADORA

Profa. Esp. Ana Karollyne Queiroz – Facene/RN
Orientadora

Profa. Esp. Heloisa Alencar Duarte Leal – Facene/RN
1º membro

Profa. Dra. Jovilma Maria Soares de Medeiros – Facene/RN
2º membro

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, que me permitiu realizar esse sonho, que me amparou, amou e cuidou até aqui, aos meus filhos que são a minha maior motivação, que são por quem eu luto todos os dias, que são os meus motivos de sempre continuar, aos meus pais por todo apoio, especialmente a minha mãe a quem admiro muito, uma mulher forte na qual sempre me espelhei, aos meus amigos e familiares que me incentivaram e deram forças, aos meus professores a quem eu tenho total admiração e orgulho, aos que eu tive o privilégio de conhecer e ver os profissionais incríveis e humanos que vocês são, aos quais com toda certeza fizeram toda a diferença na minha formação.

RESUMO

Nos últimos anos foram observadas numerosas mudanças no cenário brasileiro. Mudanças no âmbito político, social, cultural, econômico, ocasionando transformações no estilo de vida da população. A Pesquisa Orçamentária Familiar (POF), nos anos de 2008-2009 e 2017-2018 realizou uma pesquisa probabilística com indivíduos acima de 10 anos de idade, onde tais indivíduos responderam ao Inquérito Nacional de Alimentação sobre quais alimentos eram consumidos com maior frequência na população brasileira, destacando-se o arroz e feijão e alguns outros alimentos que compõem a cesta básica dos brasileiros. Diante dessa temática, o presente estudo buscou avaliar se houve alterações no padrão de consumo do feijão e arroz e dos alimentos componentes da cesta básica, nas cinco regiões do país, investigando o padrão do consumo dos alimentos considerados essenciais na mesa dos brasileiros com base nos dados das POFs, das duas últimas décadas. A POF, busca avaliar principalmente as estruturas de consumo alimentar, gastos, rendimentos e uma parte do patrimônio familiar no país. Buscando projetar, dessa forma, o perfil das condições de vida, através da avaliação dos orçamentos domésticos. Foram incluídas neste levantamento de dados as POFs publicadas entre os anos de 2008-2009 e 2017-2018. Para recolhimento de dados foi construída uma tabela no Microsoft Word®. Os resultados do presente estudo investigaram o padrão do consumo de feijão e arroz dos brasileiros e alguns outros alimentos que compõem a cesta básica da população, com base nos dados das Pesquisas Orçamentárias Familiares (POFs) das duas últimas décadas e da Pesquisa Nacional da Cesta Básica, realizada através do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos – DIEESE. Ao final da análise percebeu-se que houve mudanças nos padrões de consumo dos brasileiros, havendo redução no consumo de arroz e feijão assim como de outros produtos da cesta básica.

Palavras-chave: consumo alimentar; prato-base; POFs; cesta básica.

ABSTRACT

In recent years many changes have been observed in the Brazilian scenario. Changes in the political, social, cultural, and economic context, that caused alterations in the population's lifestyle. The Brazilian Household Budget Survey (POF) carried out in the years 2008-2009 and 2017-2018, a probabilistic survey with individuals over 10 years of age, where these individuals responded to the Brazilian National Dietary Survey (INA), about which foods were consumed more frequently in the Brazilian population, especially rice and beans and some other foods that make up the basic-needs grocery package of Brazilians. The present study sought to evaluate whether there have been changes in the pattern of consumption of beans and rice, and the food components of the basic-needs grocery package, in the five regions of the country. The objective of this study was to investigate the pattern of consumption of foods that are regarded as necessary in the Brazilian table, based on POFs data, during the last two decades. The POF aims to assess, mainly, the structures of food consumption, expenses, income, and a part of the family patrimony in the country. Thus, seeking to project the profile of living conditions through the assessment of household budgets. The study is bibliographical in nature, opting for data collection. The POFs published between 2008-2009 and 2017-2018 were included in this data survey. Data that did not fit the specific objectives proposed were excluded from this study. For data collection, a table was built in Microsoft Word®. The results of the present study investigated the pattern of consumption of beans and rice by Brazilians and some other foods that make up the population's basic-needs grocery package, based on data from the Brazilian Household Budget Survey (POFs) of the last two decades and the National Basic-Needs Grocery Package, carried out through the Inter-Union Department of Statistics and Socio-Economic Studies – DIEESE. At the end of the analysis, it was noticed that there were changes in the consumption patterns of Brazilians, with a reduction in the consumption of rice and beans, as well as other products in the basic food basket.

Keywords: food consumption; basic dish; basic food basket.

LISTA DE SIGLAS

DIEESE – Departamento

ODS - Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

OMS - Organização Mundial de Saúde

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

POF - Pesquisa Orçamentária Familiar

,

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
2	REFERENCIAL TEÓRICO.....	11
2.1	EPIDEMIOLOGIA DA TRANSIÇÃO NUTRICIONAL NO BRASIL.....	11
2.2	CONSTRUÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES DOS BRASILEIROS.....	12
2.2.1	Consumo, biodisponibilidade e valor nutricional do feijão.....	13
2.2.2	Origem, consumo e importância nutricional do arroz.....	15
2.2.3	Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados.....	16
2.2.4	Frango e ovo.....	17
2.2.5	Carne bovina.....	17
2.2.6	Leite.....	18
2.3	PESQUISA DE ORÇAMENTOS FAMILIARES (POF).....	18
3	CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS.....	20
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	21
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	33
	REFERÊNCIAS.....	34
	APÊNDICES.....	38
	APÊNDICE A. Instrumento de coleta de dados.....	38
	APÊNDICE B. Instrumento de análise de dados.....	38

1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos foram observadas numerosas mudanças no cenário brasileiro. Mudanças no âmbito político, social, cultural, econômico, ocasionando transformações no estilo de vida da população. O aumento da geração de emprego e ampliação das políticas sociais de saúde, educação e assistência social contribuíram para a redução do desequilíbrio social do País, proporcionando um crescimento mais vasto. O País também sofreu uma rápida mudança na transição demográfica, epidemiológica e nutricional. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2003).

A transição demográfica tem por característica o crescimento da população em decorrência das mudanças nos níveis de fecundidade, natalidade e mortalidade. Neste a transição epidemiológica tem como característica as mudanças nos padrões de morbimortalidade relacionada à redução da mortalidade precoce, com aumento da expectativa de vida, devido ao desenvolvimento dos grandes centros urbanos e mudanças socioculturais (DE OLIVEIRA, 2004).

Já o conceito de transição nutricional dar-se dentro do modelo de transição epidemiológica, no que diz respeito às mudanças socioeconômicas influenciando assim o perfil nutricional da população, devido à modificação da alimentação e, conseqüentemente através de transformações demográficas e epidemiológicas (BATISTA, 2003).

Através das importantes mudanças sofridas no padrão alimentar e de saúde dos brasileiros, as principais doenças que acometiam a população deixaram de ser agudas passando a serem crônicas, o que desperta atenção ao crescente aumento dos casos de obesidade nos mais diversos grupos populacionais (DE OLIVEIRA, 2004).

Considerada como um agravo nutricional, a obesidade está associada a outras tantas doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, câncer e doenças cardiovasculares. Gerando influência direta sobre o perfil epidemiológico da população, motivando mudanças nos padrões de morbimortalidade (KAC, 2003).

De acordo com alguns autores um dos fatores de grande destaque no processo de transição nutricional dar-se pela inserção da mulher no mercado de trabalho (BATISTA FILHO, 2003).

Especialmente na década de 70, onde a renda familiar passa a ser complementada pela então “dona do lar” inserida no mercado de trabalho, o que ocasionou diversas mudanças nos hábitos alimentares dos brasileiros, uma vez que houve redução do tempo para o preparo das refeições com mais qualidade nutricional, concedendo abertura para a procura de refeições fora do lar, como em restaurantes, *fast foods*, uma busca por refeições de maior praticidade como a utilização de alimentos industrializados, ultraprocessados, de fácil preparação, sendo assim considerado alguns desses alimentos de baixo valor nutricional (ESCODA, 2002).

Como consequência a esses fatos observou-se um maior consumo de ácidos graxos saturados, açúcares, refrigerantes, álcool, produtos industrializados, gorduras “trans”, carnes, leite e derivados ricos em gorduras, doces, balas e chocolates (ESCODA, 2002).

A Pesquisa Orçamentária Familiar (POF), nos anos de 2008-2009 realizou uma pesquisa probabilística com 34.003 indivíduos acima de 10 anos de idade, onde tais indivíduos responderam ao Inquérito Nacional de Alimentação sobre quais alimentos eram consumidos com maior frequência na população brasileira. Onde foram analisados o padrão de consumo segundo sexo, idade, região e renda familiar e per capita (IBGE, 2009).

Dentre os alimentos consumidos com maior frequência no Inquérito Nacional de Alimentação destacaram o arroz (84,0%), café (79,0%), feijão (72,8%), pão de sal (63,0%) e carne bovina (48,7%), destacando-se também o consumo de sucos e refrescos (39,8%), refrigerantes (23,0%) e menor quantidade de frutas (16,0%) e hortaliças (16,0 %) (IBGE, 2009).

Como consequência dos novos hábitos estabelecidos, comprova-se uma diminuição considerável no consumo de carboidratos complexos, como frutas, legumes e verduras, a ponto de exceder o consumo calórico em um elevado consumo de macronutrientes, como carboidratos, proteínas e lipídeos e deficiência de micronutrientes como as vitaminas e minerais (ESCODA, 2002).

O desenvolvimento humano traz consigo inúmeras mudanças sociais, políticas, econômicas, tecnológicas, comportamentais e no padrão alimentar dos indivíduos. Vivemos de forma mais “acelerada”, onde “acelerada quer dizer menos ativa”, no que diz respeito à prática de exercício físico e de cuidados com a alimentação. Através da transição nutricional observamos uma mudança no padrão alimentar da população brasileira, que deixa o estado de desnutrição de peso corporal

e passa a adquirir uma desnutrição no que diz respeito a ingestão de nutrientes essenciais (VASCONCELOS, 2012).

Diante disso, o presente estudo investigou o padrão do consumo de feijão e arroz dos brasileiros e alguns outros alimentos que compõem a cesta básica da população, com base nos dados das Pesquisas Orçamentárias Familiares (POFs) das duas últimas décadas e da Pesquisa Nacional da Cesta Básica, realizada através do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos - DIEESE.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 EPIDEMIOLOGIA DA TRANSIÇÃO NUTRICIONAL NO BRASIL.

Nos últimos cinquenta anos o Brasil vem enfrentando constantes mudanças nos mais diversos cenários. Tais mudanças marcaram os campos políticos, econômicos, sociais, da educação e saúde (BATISTA FILHO & RISSIN, 2003; KAC & VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, 2003). Mudanças essas denominadas de transição demográfica, epidemiológica e nutricional.

Segundo (Vasconcelos & Gomes, 2012) o processo de transição demográfica no Brasil ocorreu entre os anos de 1950 e 2010. Frente a alguns processos como o êxodo rural, onde os indivíduos passaram a popular zonas urbanas, transformando em grandes centros urbanos, outra característica marcante da transição demográfica é a redução na taxa de fecundidade, natalidade e mortalidade da população.

A transição epidemiológica é resultado das mudanças comportamentais dos padrões de morbi mortalidade e fecundidade. Com a redução da mortalidade infantil e o aumento da expectativa e melhoria de vida dos brasileiros, com o passar dos anos, foi observado um acentuado declínio nas doenças infecciosas e parasitárias (DIP), (MINISTÉRIO DA SAÚDE 2012). Com a nova formulação do perfil epidemiológico, a população brasileira passa a ter outros problemas ligados ao envelhecimento. O novo cenário contribui para o crescente aumento das doenças crônicas e degenerativas (FRIESTINO, 2013).

A Organização Mundial de Saúde (OMS,1998) pontua alguns fatores como a urbanização, acesso a serviços e equipamentos de saúde e mudanças culturais expressivas que contribuíram para o processo de transição nutricional. A soma de mudanças no padrão alimentar dos indivíduos e falta de exercício físico contribuem para o ganho elevado de peso da população, além dos inquéritos alimentares que mostram o aumento na ingestão de alimentos de baixa qualidade nutricional e alto valor calórico.

E segundo o IBGE, a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF, 2017-2018) aponta que, no Brasil, o consumo de frutas, legumes e verduras está abaixo do ideal independente da condição socioeconômica. No entanto, a transição nutricional é uma

das que mais chamam atenção, pois o País atualmente passa por um processo inverso ao de algumas décadas atrás, onde é possível observar um declínio no processo de desnutrição e um aumento progressivo no processo de sobrepeso e obesidade (IBGE, 2018).

Considerada um agravo nutricional a obesidade está presente nos mais diversos grupos populacionais, associada a outras doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardiovasculares, câncer e diabetes (KAC; MELÉNDEZ, 2003).

A alimentação inadequada e má nutrição em conjunto com o aumento do consumo de alimentos gordurosos com uma alta densidade energética, a redução na prática de exercícios físicos e o ambiente em que esse indivíduo está inserido são fatores que contribuem para a prevalência da obesidade (HILL, 1998).

2.2 CONSTRUÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES DOS BRASILEIROS

Os hábitos alimentares dos brasileiros se constituíram em torno do processo de miscigenação das diversas culinárias, como a indígena, portuguesa e africana, mas com o passar do tempo foi adquirindo características próprias e específicas. Ao longo dos anos cada região desenvolveu sua cultura própria, popular e diversificada, devido ao processo migratório, cada região possui cultura e alimentos específicos em caráter do clima e disposição dos alimentos ali cultivados (PINHEIRO, 2001; BLEIL, 1998; ABREU et al, 2001).

Em meados do século XX, o País passa por um processo de descobertas técnico-científicas, no qual iniciou-se às mudanças nos hábitos e costumes alimentares da população, devido ao surgimento de novos produtos, novas técnicas no setor agrícola e industrial, descobertas essas como a fermentação, produção de queijo, cerveja, vinho em grande proporção no setor industrial, técnicas de conservação de alimentos, a mecanização no setor agrícola e a genética também contribuiu para aperfeiçoar o cultivo das plantas e criação de animais (PINHEIRO, 2001; ABREU et al, 2001; MONDINI & MONTEIRO, 1994).

Estas mudanças afetam diretamente a qualidade dos alimentos produzidos pelas indústrias do ramo alimentício. Devido a uma rotina cada dia mais acelerada, os hábitos e consumo alimentares mudaram conforme o novo estilo de vida. Em decorrência de uma demanda cada vez mais prática e rápida, o valor nutritivo é cada vez menor e uma alimentação saudável com consumo de alimentos naturais torna-se cada vez mais difícil (ABREU et al, 2001; FLANDRIN & MONTANARI, 1996; SOUZA & HARDT, 2002; OLIVEIRA, 1997).

2.2.1 Consumo, biodisponibilidade e valor nutricional do feijão

Há controvérsias sobre qual seria ao certo a origem do feijão (Gepts & Debouck, 1991). Segundo Debouck (1986), a origem de populações selvagens do feijão cresce até os dias atuais no Norte do México até o Norte da Argentina, não sendo de origem brasileira, sua idade arqueológica é de aproximadamente 10.000 anos (GEPTS & DEBOUCK, 1991).

O feijão-comum (*Phaseolus vulgaris* L.) é considerado um dos alimentos básicos de consumo da população brasileira, dentre os mais diversos tipos de feijão, o feijão “carioca” é um dos grãos preferidos pelos brasileiros, por se tratar também de uma fonte de proteína importante. O cultivo de tal alimento faz parte da agricultura do Brasil (BORÉM & CARNEIRO, 2015).

No estado de Minas Gerais o cultivo do feijão ocorre em três safras, em diferentes estações do ano, conhecidas como: safra das águas, onde o cultivo é feito na primavera e colhido no verão, podendo ocorrer risco de chuva; a safra seca, onde o plantio ocorre no verão e a colheita no outono, correndo risco de secas a partir do mês de abril; e a safra de inverno, onde o cultivo ocorre no outono e a colheita no inverno, o plantio desta safra só ocorre com uso de irrigações e grande parte dela é feita por grandes produtores, nas regiões norte e noroeste do estado (ARAÚJO & FERREIRA, 2006)

No Brasil são cultivados diversos grupos de feijões para comércio, sendo o carioca e preto os mais conhecidos. O feijão carioca é o mais cultivado e mais consumido no país. O feijão carioca, possui um grão de cor bege claro com estrias marrons (ABREU et al., 1994; RIBEIRO & STORCK, 2003; RIBEIRO et al., 2008 b). A produção

média do feijão no país é de 3,5 milhões de toneladas por ano, tornando assim o país um dos maiores produtores de feijão do mundo (CONAB, 2016). As maiores produções estão localizadas nos seguintes estados: Paraná, Minas Gerais, Bahia, São Paulo e Goiás (BARBOSA; GONZAGA, 2012).

O feijão comum é um importante leguminosa, utilizada em alguns países em desenvolvimento. É consumido como uma proteína de suma importância na dieta da população devido a sua composição de fibras, carboidratos complexos, vitaminas e minerais, essas leguminosas compõem-se também de fatores antinutricionais como os inibidores de saponinas, enzimas proteolíticas, lectinas, polifenóis e fitatos, que diminuem a digestibilidade e biodisponibilidade dos nutrientes por reduzirem seu valor nutricional (CUSTÓDIO, 2011).

A biodisponibilidade nutricional é indicada como sendo uma porção do material total do nutriente em uma refeição, dieta ou alimento que é empregada para obter as funções metabólicas normais (COZZOLINO, 2005).

Os polifenóis, fitatos e produtos de sua degradação são conhecidos como antinutrientes de diferentes minerais essenciais na alimentação da população, em especial do ferro não-heme e zinco. A má absorção desses minerais é um alerta de extrema importância nutricional, principalmente em países em desenvolvimento como o Brasil, onde o feijão compõe o prato básico dos brasileiros tanto em áreas urbanas como áreas rurais, pois é uma importante fonte de nutrientes (CUSTÓDIO, 2011).

Nos países em desenvolvimento estima-se uma deficiência maior de ferro em relação aos países desenvolvidos, e essa forma se apresenta em casos severos como a anemia ferropriva, a doença ainda causa elevação nas taxas de mortalidade e morbidez, aumenta a improdutividade no trabalho e concepção mental afetada, ainda diminui a vida saudável e produtiva da população (OMS, 2011).

O zinco é um outro nutriente encontrado no feijão, porém restritivo em parte da alimentação da população que necessitam do consumo do feijão. O consumo inadequado do zinco ou alimentos que diminuem sua absorção pode ocasionar sua deficiência, que evita o crescimento normal de uma criança, posterga a maturidade sexual e esquelética, causa prejuízos ao sistema imunológico, ocasionando dessa forma o surgimento de outras doenças como aumento de infecções, dermatites, diarreias dentre outras (CUSTÓDIO, 2011).

Vale salientar que o consumo de antinutrientes em quantidades adequadas na dieta colaboram para a redução dos níveis de glicose no sangue, colesterol e

triglicerídeos, esses compostos também apresentaram diminuição nos riscos de câncer (CUSTÓDIO, 2011).

A composição do feijão oferece benefícios à saúde sendo indicado no controle dietético, como é o caso de algumas doenças como problemas cardíacos, diabetes mellitus, câncer e obesidade. O feijão possui efeito funcional, devido a presença das fibras alimentares e fitoquímicos, além de ser composto também por aminoácidos. Comparando o consumo da proteína vegetal com a proteína animal é possível constatar redução sérica de colesterol e triglicerídeos (CUSTÓDIO, 2011).

2.2.2 Origem, consumo e importância nutricional do arroz

O arroz, cujo nome científico é *Oryza sativa*, faz parte do grupo dos cereais e é classificado como sendo um dos principais alimentos consumidos e produzidos no Brasil e no mundo. No Brasil, o arroz desempenha papel importante e estratégico nos setores econômicos e sociais. De acordo com dados da FAO (2006), o país está classificado entre os 10 maiores produtores de arroz do mundo, estima-se que sua produção anual seja de 606 milhões de toneladas.

O consumo do arroz em sua maior parte é feito em forma de grão. Devido à uma grande quantidade de amido existente no arroz, o cereal acaba sendo uma excelente fonte de energia, fornece ainda proteínas, vitaminas e minerais, e possui baixa quantidade de lipídios. Em países em desenvolvimento como o Brasil, o grão faz parte como sendo um dos principais alimentos da dieta dos brasileiros. O consumo do arroz per capita no país é de 108g/dia (KENNEDY et al., 2002).

No processamento do arroz ocorre a separação do endosperma, parcialmente ou total, do embrião e da película que o reveste o grão (CASTRO et al., 1999). O arroz polido é composto basicamente de amido, sendo que o arroz também é uma fonte de proteína. Os revestimentos periféricos que apresentam origem do farelo (aproximadamente 10% do grão integral), revela-se pela presença de alguns nutrientes presentes como fibras e vitaminas do complexo B. Já o embrião ou germen diferencia-se pela formação em proteínas e lipídios (GRIST, 1978; JULIANO, 1993).

Já é conhecida a importância desses carboidratos acerca da sua composição nutricional, devido a proteína que se encontra no arroz ser pobre em lisina e

abundante em metionina, no feijão ocorre a inversão dessa composição e essa compensação ocorre quando é feita essa mistura se encontra conhecida como prato básico do brasileiro. Sobretudo, com o passar dos anos é possível observar a substituição desses alimentos por outras categorias de alimentos (CARVALHO, 2018).

2.2.3 Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados

No país, de acordo com a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) de 2008-2009, o excesso de peso duplicou nos últimos 30 anos, chegando a atingir 50,0% dos homens e 48,0% das mulheres. A falta de uma alimentação saudável e o sedentarismo contribuem para os fatores de risco, principalmente para o excesso de peso (IBGE, 2010).

A Organização Mundial da Saúde, através da Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde, ressalta a necessidade de limitar o consumo de alimento com grande teor calórico e de sódio, como também, as gorduras trans, gorduras saturadas e carboidratos refinados e alimentos pobres em nutrientes (OMS, 2003). O novo Guia Alimentar Para a População Brasileira, dá ênfase nas orientações das refeições e dos aspectos associados ao comportamento alimentar, levando em consideração as dimensões culturais, ambientais, sociais e econômicas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Os alimentos processados estão se tornando cada vez mais acessíveis à mesa dos brasileiros, isso independente das faixas etárias, estes são vendidos semi-prontos ou prontos para o consumo. Em países de média renda e em processo de desenvolvimento, como o Brasil, o consumo de alimentos como refrigerantes, biscoitos recheados, salgadinhos, doces, macarrão “instantâneo”, entre outros de baixa qualidade nutricional causam impactos negativos à saúde da população, alterando o perfil lipídico das crianças, aumentando o aparecimento da síndrome metabólica em adolescentes e aumentando a prevalência nos casos da obesidade em adolescentes e adultos (COSTA, 2018).

2.2.4 Frango e ovo

O Brasil é o segundo maior consumidor de carne de frango e o terceiro maior produtor a nível mundial, sendo também o maior exportador e ainda ocupa um espaço amplo no setor de negociações com outros países (FAMASU, 2014).

A proteína mais utilizada pela população brasileira desde o ano de 2008 é a carne de frango, e devido à grande demanda em seu consumo se tornará a proteína mais consumida mundialmente. Seu consumo per capita é de 42 quilos ao ano, no Brasil esse consumo é de cerca de 70% da nossa produção (FAMASU, 2014).

De fato, a proteína de frango disponibiliza os nutrientes necessários em dietas equilibradas, compostas com proteínas, lipídios, vitaminas e minerais, podem variar de acordo com a linhagem, raça, idade e condições favoráveis de higiene com o animal (VENTURINI, et al, 2007), sendo assim a proteína de frango possui um elevado valor de fonte nutricional para alimentação da população. Ainda é levado em consideração que é uma proteína de baixo custo e de mais fácil acesso, especialmente para a população de baixa renda.

A carne de frango é rica em ferro, vitaminas do complexo B e proteínas de boa qualidade e pobre em gorduras, ela também contém aminoácidos indispensáveis para o consumo do ser humano. O ovo é tido como um alimento universal, consumido nas mais diversas classes econômicas da população, sendo rico em nutrientes como ácidos graxos, proteínas, minerais, carotenóides e colina, substâncias essas consideradas essenciais e funcionais importantes para a saúde da população que consome tal alimento (MENDES et al., 2016).

2.2.5 Carne bovina

De acordo com os dados levantados pela Pesquisa de Orçamento Familiar POF de 2008-2009 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística -IBGE, a carne vermelha ou carne bovina como é conhecida, está entre os alimentos mais consumidos pela população brasileira em suas moradias, o consumo médio é de 23

kg per capita anual, dessa forma representa o componente que mais aumenta as despesas familiares (IBGE, 2015).

No passar dos últimos 29 anos, alguns estudos apontam para um aumento de 50% no consumo de carnes de espécies diferentes pela população brasileira, apontando um aumento no consumo da carne bovina de 22% neste mesmo período. A carne bovina é uma fonte de proteína importante para o desenvolvimento humano. E, devido apresentar algumas características, como a sua composição, sua textura mais rígida que requer maior mastigação, e possui um tempo maior necessário para a sua digestão, é um alimento muito apetitoso e que propicia uma sensação de saciedade prolongada (MENDES, 2017).

2.2.6 Leite

De acordo com (GDP ,2017) cerca de 1 bilhão de pessoas no mundo dependem do leite para sobreviverem e 600 milhões de pessoas vivem em fazendas leiteiras no mundo. Sendo assim, aproximadamente 10% da população mundial depende de forma direta da produção leiteira. Além de sua importância econômica sendo fonte de renda e sobrevivência para uma parte da população mundial, o leite também é uma fonte essencial de nutrição e desenvolvimento humano.

O leite ainda é uma fonte de proteína de alta qualidade e fornece uma contribuição bastante significativa de cálcio, selênio, magnésio, e algumas vitaminas do complexo B como, riboflavina, ácido pantotênico (vitamina B5) e vitamina B12. É um alimento que é uma importante fonte de energia alimentar no mundo, composto também de gordura e proteína, ele contribui com aproximadamente 5% das necessidades diárias de energia, 10% dos requerimentos de proteína e 9% das necessidades diárias de gordura (GDP, 2017).

2.3 PESQUISA DE ORÇAMENTOS FAMILIARES (POF).

A Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), busca avaliar principalmente as estruturas de consumo alimentar, gastos, rendimentos e uma parte do patrimônio

familiar no país. Buscando projetar, dessa forma, o perfil das condições de vida, através da avaliação dos orçamentos domésticos. A pesquisa avalia não somente a parte orçamentária, mas, também busca investigar as várias características das moradias e das famílias, sendo possível avaliar dessa forma, os gastos das famílias por classe de rendimentos, por região, área urbana ou rural, aumento da inadimplência familiar, extensão e volume de transferências entre diferentes classes de rendimentos e a proporção do mercado consumidor, através de grupos de produtos e serviços (IBGE, 2018).

A qualidade de vida dos brasileiros, também é tema de destaque nas POFs, através de investigações sobre o perfil nutricional da população. Para traçar o perfil nutricional da população brasileira, a Pesquisa de Orçamentos Familiares, executa por meio de uma investigação o consumo alimentar pessoal. Este questionário de investigação foi aplicado pela primeira vez nas POFs, através da Escala Brasileira de Insegurança Alimentar – EBIA, com intuito de averiguar a segurança alimentar da população brasileira (IBGE, 2018).

É válido ressaltar ainda a importância de tratar como tema a segurança alimentar nos campos de ação dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável – ODS, que avaliou diversos indicadores, cujos estes foram atualizados a partir dos resultados obtidos com os dados da pesquisa (IBGE, 2018).

3 CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS

O presente estudo tem caráter bibliográfico optando pelo levantamento de dados. De acordo com Medeiros (2019), a pesquisa de levantamento de dados é realizada para obter dados ou informações a respeito de características e opiniões acerca da problemática de determinada população estudada.

Foram incluídas neste levantamento de dados as Pesquisas de Orçamento Familiar publicadas entre os anos de 2008-2009 e 2017-2018, sendo excluídos os dados constantes das pesquisas avaliadas que não se enquadrem nos objetivos específicos propostos.

Para recolhimento de dados foi construída uma tabela no Microsoft Word® (Apêndice A), a tabela reuniu as informações sobre alguns alimentos selecionados da tabela 12 da POF, que compõe a cesta básica da população brasileira, o ano de realização e frequência de consumo dos alimentos por região. Em seguida os dados foram analisados utilizando a instrumento demonstrado no Apêndice B para determinar se houve aumento ou diminuição do consumo dos alimentos pesquisados aqui quando comparados os resultados das duas últimas POFs.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O quadro 1 abaixo apresenta porcentagem de famílias que consumiam determinados gêneros alimentícios de acordo com o ano de realização da POF.

QUADRO 1. Variação no consumo alimentar por região dos brasileiros nas últimas duas décadas

	Frequência de consumo alimentar (%), por grandes regiões				
	Norte	Sudeste	Sul	Centro Oeste	Nordeste
Alimentos e preparações	2008-2009 -2017-2018	2008-2009 2017-2018	2008-2009 2017-2018	2008-2009 2017-2018	2008-2009 2017-2018
Arroz	76,9 - 73,0	88,5 - 75,1	78,5 - 69,9	89,8 - 82,7	80,3 - 80,0
Feijão	57,7 - 44,1	80,4 - 64,9	63,8 - 52,7	83,0 - 72,8	67,1 - 57,3
Macarrão e preparações a base de macarrão	16,7 - 18,9	14,8 - 14,9	25,6 - 22,8	15,8 - 13,1	22,7 - 23,4
Biscoitos doces	7,2 - 4,9	9,5 - 9,6	10,4 - 10,4	8,9 - 8,2	9,3 - 9,5
Carne bovina	47,4 - 39,0	49,2 - 37,5	50,2 - 41,2	60,4 - 51,9	44,4 - 33,5
Frango	26,8 - 29,2	25,3 - 30,1	26,5 - 25,4	27,6 - 22,4	29,7 - 37,4
Ovo	16,0 - 10,9	14,6 - 12,8	12,2 - 12,7	11,3 - 11,5	22,4 - 18,1
Linguça	2,9 - 3,5	7,9 - 7,8	4,4 - 4,4	4,0 - 5,6	2,7 - 4,2
Leite integral	11,2 - 3,4	12,5 - 7,6	13,8 - 4,5	17,1 - 9,4	13,9 - 5,9
Refrigerantes	19,7 - 12,3	27,0 - 16,0	25,2 - 20,4	24,0 - 17,0	16,1 - 12,3
Sandwiches	5,5 - 9,3	10,1 - 13,4	12,3 - 21,6	6,7 - 13,5	4,4 - 11,6

Fonte: Adaptada de IBGE (2021).

O resultado da análise deste estudo mostra que houve uma redução no consumo do prato básico dos brasileiros composto principalmente pelo arroz e feijão. Na tabela exposta acima é possível observar que houve redução de 3,9% no consumo do arroz na região Norte, na região Sudeste a redução no consumo deste gênero foi ainda mais expressiva, chegando a 13,4% pontos percentuais na redução de consumo, a região Sul apresentou 8,6% pontos percentuais de redução no consumo do arroz, a região Centro-oeste apresentou redução de 7,1% pontos percentuais no consumo do arroz, já a região Nordeste foi a que obteve menor queda em pontos percentuais, apresentando redução de 0,3% em seu consumo (IBGE, 2018).

O consumo do feijão também sofreu alteração no seu consumo diário pela população brasileira. A região norte apresentou taxa de redução de consumo em 13,6% pontos percentuais, já a região Sudeste apresentou a maior taxa de redução de consumo do feijão atingindo os 15,5% pontos percentuais, a região Sul 8,6%

pontos percentuais de redução de consumo, na região Centro-oeste a média de consumo em pontos percentuais foi a menor em comparação com as demais regiões, em torno de 7%, e já na região do Nordeste apresentou taxa de redução de 9,8% pontos percentuais em seu consumo (IBGE, 2017).

O arroz e feijão são conhecidos como os principais alimentos componentes da alimentação básica dos brasileiros, considerados alimentos de extrema importância na composição da segurança alimentar do país (IBGE, 2011). De acordo com JORGE (2014), o consumo per capita do arroz e feijão não está acompanhando o crescimento populacional do Brasil, fato ilustrado pela análise realizada aqui. Ainda de acordo com Pereira (2014), está havendo uma redução percentual nos gastos com o arroz e feijão, alimentos estes considerados como prato-base na mesa dos brasileiros.

No presente estudo, as alterações de consumo do arroz e feijão se deram pelo aumento no consumo de outros alimentos, porém este não é o único responsável pela redução desse consumo, as mudanças da nova composição familiar também tem papel de suma importância, dentre elas a inserção da mulher no mercado de trabalho onde reduz o tempo de preparação da alimentação em suas moradias e conseqüentemente esses indivíduos estão migrando para o consumo de outros alimentos como as massas, onde observamos um crescente aumento nos últimos anos (JORGE, 2014).

O macarrão e as preparações à base de macarrão apresentaram aumento em três das cinco regiões que correspondem ao Brasil. Na região Norte do país houve um aumento no consumo desse alimento e preparações a base dele de 2,2% pontos percentuais, a região Sudeste apresentou menor taxa no aumento do consumo que foi de 0,1%, já na região Sul houve uma redução na taxa de consumo de 2,8% pontos percentuais, a região Centro-oeste também apresentou redução na taxa de consumo de 2,7% e a região Nordeste apresentou crescimento de 0,7% pontos percentuais (IBGE, 2018).

O consumo de biscoitos doces praticamente se manteve estável no país, não sofrendo tanta oscilação ao longo dos anos, segundo as duas últimas POF's. A região Norte apresentou uma redução de 2,3%, já na região Sudeste houve um discreto aumento de 0,1% pontos percentuais no consumo, a região Sul do país se manteve

estável e não apresentou aumento em comparação com as POF's dos anos de 2008-2009 e 2017-2018, já a região Centro-oeste do Brasil apresentou uma redução no consumo de biscoitos doces em 0,7% e na região Nordeste ocorreu um pequeno aumento de 0,2% pontos percentuais no consumo destes alimentos (IBGE, 2018).

A substituição de alimentos *in natura* e minimamente processados por produtos industrializados, associado a um estilo de vida sedentário, é apontado como sendo um dos fatores responsáveis pelas crescentes taxas de excesso de peso e obesidade encontradas entre crianças e adolescentes (OMS, 2011).

Segundo Vaz (2020), o cenário é preocupante pois os ingredientes utilizados para a composição desses alimentos tornam-se ricos em açúcares, gorduras, alto valor calórico e pobre em fibras, vitaminas e minerais, ingredientes estes que apresentam efeitos nocivos à saúde da população consumidora desses alimentos.

As POF's aqui apresentadas confirmam a elevação na taxa de consumo de alimentos industrializados como os macarrões e preparações à base dele em três das cinco regiões do país, representando uma dieta com alto valor energético e pouco nutritiva. Já o consumo dos biscoitos doces, segundo a pesquisa se manteve estável ou apresentou pequenas variações no consumo ao longo das duas últimas décadas, nas grandes regiões do país analisadas, a preocupação do estudo é que ainda que essa variação seja pequena é um alerta em relação ao baixo consumo de frutas, verduras, vegetais e hortaliças (VAZ, 2020).

Já a carne bovina apresentou redução em seu consumo em todas as regiões do país. A região Norte apresentou redução no consumo de 8,4% pontos percentuais, a região Sudeste apresentou a maior taxa de redução do país chegando a 11,7% pontos percentuais, a região Sul 9%, a região do Centro-oeste 8,5% e a região Nordeste de 10,9% pontos percentuais (IBGE, 2018).

A carne de frango apresentou aumento em seu consumo em três das cinco regiões do país. A região Norte obteve crescimento de 2,4% no seu consumo, na região Sudeste esse aumento foi de 4,8% pontos percentuais, a região Sul apresentou uma redução no consumo do frango de 1,1%, a região Centro-oeste também apresentou redução em seu consumo de 5,2%, já o Nordeste foi a região que apresentou maior índice de crescimento no consumo na carne de frango, atingindo 7,7% em pontos percentuais (IBGE, 2018).

O consumo do ovo reduziu em quatro das cinco grandes regiões que compõem o Brasil. Na região Norte houve diminuição de 5,1% no consumo, na região Sudeste a redução foi de 1,8% pontos percentuais, na região Sul houve um aumento de 0,5% no consumo deste alimento, a região Centro-oeste apresentou aumento de 0,2% e o Nordeste foi a região que apresentou maior taxa de redução no consumo do ovo, atingindo o índice de 4,3% pontos percentuais (IBGE, 2018).

As carnes comumente representam a principal fonte de proteína de grande parte da população brasileira, no entanto, seu consumo nos últimos anos não tem se mostrado adequado quanto às necessidades diárias de acordo com os padrões nutricionais desejados para uma alimentação completa e saudável. Entretanto, essa redução no consumo se deve, principalmente, pelo aumento nos preços da carne bovina, principal fonte de proteínas e ferro, nos alimentos que compõem a cesta básica da população brasileira (FERNANDES, 2019).

Nas últimas décadas o consumo da carne de frango aumentou por alguns fatores, como, a procura de uma proteína mais saudável, do que a carne vermelha, porém o principal fator se deu devido ao aumento de preço da carne bovina, e conseqüentemente, a população migrou para uma opção mais barata e saudável (TRAVASSOS, 2017).

O aumento do preço da carne bovina, nos últimos anos, também foi responsável pelo crescimento no consumo de ovos de galinha segundo a Associação Brasileira de Proteína Animal (ABPA). Diferente dos resultados obtidos na tabela 1, a ABPA comemora o crescimento no consumo do ovo de galinha, que no de 2010 o consumo era 148 unidades per capita, já no ano de 2020 esse número foi para 251 unidades por indivíduo e em 2021, a ABPA estima que projeção no consumo anual será de 255 ovos por pessoa, batendo número recorde no país (ABPA, 2021).

O consumo de alimentos embutidos, a exemplo da linguiça também sofreu algumas alterações no decorrer dessas duas últimas décadas. Na região Norte do país houve um aumento de 0,6%, na região Sudeste é perceptível uma discreta redução no consumo de 0,1% pontos percentuais, a região Sul se manteve estável não sofrendo nenhuma alteração em relação a quantidade consumida, a região Centro-oeste foi onde apresentou maior elevação na taxa de consumo, atingindo 1,6%

pontos percentuais no consumo e na região Nordeste o aumento foi de 1,5% pontos percentuais (IBGE, 2017).

O consumo de alimentos ultraprocessados, como os embutidos, obteve um aumento em algumas regiões do país, e a cada dia esse consumo se eleva mais, principalmente nas populações da zona urbana. Os resultados obtidos deste estudo só confirmam que o perfil nutricional da população está desfavorável no consumo de alimentos ultraprocessados, assim como do estado nutricional (BUENO, 2018).

A ingestão do leite integral obteve queda em todas as cinco regiões do país. Na região Norte a taxa de redução foi de 7,8%, na região Sudeste 4,9% pontos percentuais, o Sul foi a região onde obteve a maior taxa de redução de consumo de leite do país, atingindo os 9,3%, já a região Centro-oeste teve índice de 7,7% e na região do Nordeste a taxa de redução foi de 8% pontos percentuais (IBGE, 2018).

O leite é um alimento de suma importância para a população, está entre os 5 alimentos mais comercializados, tanto em quantidade quanto em volume. O leite é um alimento indispensável para o consumo da população e tem uma importância econômica muito grande, responsável por gerar fonte de renda e sobrevivência, a nível mundial. Diferente do que aponta os resultados da tabela 1, onde é a pesquisa aponta redução no consumo do leite nas duas últimas décadas, segundo estimativa o consumo de leite per capita por brasileiros em 2018 foi de 166,4 l/hab., esse valor segundo (SIQUEIRA,2019), está acima da média que vem sendo consumida no país nas últimas duas décadas.

Já o consumo de refrigerantes apresentou queda em todas as grandes cinco regiões que correspondem ao Brasil. Na região Norte a taxa de redução de consumo de refrigerante aponta para 7,4% pontos percentuais, a região Sudeste foi onde obteve maior taxa de redução de consumo, chegando aos 11%, na região Sul a taxa foi de 4,8%, a região Centro-oeste 7% e o Nordeste 3,8% foi a região onde apresentou menor taxa de diminuição das cinco regiões do país (IBGE, 2018).

Nas últimas décadas ocorreram diversas mudanças no processamento dos alimentos, dessa forma houve aumento na diversidade e oferta de tais alimentos contribuindo para ampliação da acessibilidade a esses produtos ultraprocessados.

Tamanhas mudanças, estas, que ocasionaram mudanças no perfil nutricional da população, no entanto, as mudanças no perfil de ingestão de refrigerantes no Brasil foram confirmadas, através, dos dados da Associação Brasileira das Indústrias de Refrigerantes e de Bebidas não Alcoólicas (ABIR) corroborando a informação que se vê aqui. De acordo com a associação nos últimos cinco anos, a ingestão de refrigerantes anual per capita destas bebidas teve taxa de redução de 6,8%, conseqüentemente houve diminuição de 6,1% do volume de produção dessas bebidas (EPIFÂNIO, 2014).

Devido a uma rotina cada vez mais agitada, a procura por alimentos de *fast-food* como, os sanduíches, se tornam cada vez mais crescente no Brasil, ao longo das duas últimas décadas a POF nos traz dados do aumento da ingestão desses alimentos, sendo, perceptível a elevação em todas as cinco regiões do país. Na região Norte a taxa de aumento foi de 3,8% pontos percentuais de consumo, na região Sudeste a taxa de aumento foi a menor do país apresentando 3,3% em seu consumo, a região Sul obteve a maior taxa de crescimento do Brasil atingindo os 9,3% pontos percentuais, na região Centro-oeste a ingestão foi de 6,8% e na região Nordeste a taxa chegou a 7,2% pontos percentuais (IBGE, 2018).

De acordo com o Inquérito Nacional de Alimentação (INA), mais de 42,6% da população brasileira efetuavam suas refeições fora do domicílio em 2008-2009, no período das 12 às 14 horas, horário certamente do almoço, o INA destacou o consumo de alguns alimentos e dentre eles o aumento do consumo dos sanduíches, confirmando dessa forma os dados obtidos na tabela 1 (MACHADO, 2018).

Para uma melhor compreensão dos padrões de mudanças nos hábitos alimentares dos brasileiros discutidos até aqui, é fundamental um olhar mais atento sobre o peso que a compra de gêneros alimentícios tem no orçamento das famílias. A Pesquisa Nacional da Cesta Básica, se trata de uma pesquisa de suma importância, que através dela é revelado os custos dos quais trabalhadores assalariados adquirem os produtos da cesta básica. O Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos DIEESE, realiza a Pesquisa Nacional da Cesta Básica, é realizada mensalmente e o resultado da pesquisa revela o custo dos alimentos considerados básicos para o consumo da população.

QUADRO 2. Pesquisa Nacional da Cesta Básica Custo e variação da cesta básica em 17 capitais Brasil – dezembro 2008

CAPITAL	Variação Anual (%)	Variação Mensal (%)	Valor da Cesta (R\$)	Porcentagem do Salário Mínimo Líquido	Tempo de Trabalho
JOÃO PESSOA	29,31	14,71	200,55	52,53	106h 19min
NATAL	26,73	7,45	212,80	55,74	112h 49min
FLORIANÓPOLIS	25,26	5,47	239,03	62,61	126h 43min
FORTALEZA	24,61	5,27	197,32	51,68	104h 36min
RIO DE JANEIRO	23,31	6,45	239,78	62,80	127h 07min
CURITIBA	22,52	0,61	229,39	60,08	121h 36min
BRASÍLIA	22,21	4,68	236,15	61,85	125h 11min
SALVADOR	21,64	3,60	193,06	50,57	102h 21min
VITÓRIA	20,07	0,61	227,54	59,60	120h 37min
PORTO ALEGRE	19,70	6,64	254,86	66,75	135h 06min
RECIFE	18,15	4,79	183,61	48,09	97h 20min
ARACAJU	12,92	7,74	193,28	50,62	102h 28min
BELO HORIZONTE	12,43	2,15	230,25	60,31	122h 04min
SÃO PAULO	11,58	0,35	239,49	62,73	126h 58min
GOIÂNIA	10,61	1,41	209,43	54,85	111h 01min
BELÉM	4,76	0,29	199,05	52,13	105h 31min
MANAUS	(---)	2,23	225,83	59,15	119h 43min

Fonte: Adaptada do DIEESE (2008).

O Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos DIEESE, mensalmente realiza a Pesquisa Nacional da Cesta Básica, o resultado da pesquisa mostra que, o custo de alguns alimentos essenciais apresentou alta acumulada, uma taxa superior a 20,00%, no ano de 2008. Através dos resultados da pesquisa é possível observar em quais capitais houve os maiores aumentos nos alimentos que compõem a cesta básica dos brasileiros (DIEESE, 2008).

A capital de João Pessoa ganha destaque por apresentar o maior aumento das 17 capitais pesquisadas, a taxa de aumento chegou a 29,31%, em Natal o índice chegou a 26,73%, em Florianópolis 25,26% e Fortaleza foi de 24,61%. As capitais que apresentaram as menores variações foram em Belém com 4,76%, em Goiânia foi de 10,61%, São Paulo a taxa de aumento foi de 11,58%, em Belo Horizonte 12,43% e em Aracaju a taxa de aumento chegou a atingir os 12,92%. Em Manaus, a pesquisa começou a ser realizada em outubro (DIEESE, 2008).

A alta dos preços dos alimentos que compõem em a cesta básica em todas as capitais pesquisadas, o cálculo do tempo de trabalho necessário para adquirir a

cesta básica, correspondeu, no mês de dezembro, a 115 horas e 44 minutos, tempo superior ao que foi imposto em novembro, de 111 horas e 04 minutos (DIEESE, 2008).

QUADRO 2. Pesquisa Nacional da Cesta Básica Custo e variação da cesta básica em 17 capitais Brasil – dezembro 2009

CAPITAL	Varição Anual (%)	Varição Mensal (%)	Valor da Cesta (R\$)	Porcentagem do Salário Mínimo Líquido	Tempo de Trabalho
JOÃO PESSOA	-14,92	-2,84	170,63	39,89	80h 44min
NATAL	-12,57	-1,94	186,05	43,49	88h 01min
FLORIANÓPOLIS	-11,77	-7,09	210,90	49,30	99h 47min
FORTALEZA	-10,32	-2,85	176,96	41,37	83h 43min
RIO DE JANEIRO	-11,02	-6,00	213,36	49,87	100h 57min
CURITIBA	-7,65	-4,86	211,85	49,52	100h 14min
BRASÍLIA	-5,90	2,77	222,22	51,94	105h 08min
SALVADOR	-5,13	-8,63	183,15	42,81	86h 39min
VITÓRIA	-3,71	-3,83	219,09	51,21	103h 39min
PORTO ALEGRE	-6,78	-6,69	237,58	55,54	112h 24min
RECIFE	-6,70	-2,61	171,31	40,04	81h 03min
ARACAJU	-12,47	0,78	169,18	39,55	80h 03min
BELO HORIZONTE	-7,07	-5,04	213,97	50,02	101h 14min
SÃO PAULO	-4,72	-2,89	228,19	53,34	107h 58min
GOIÂNIA	-8,85	-7,31	190,90	44,62	90h 19min
BELÉM	2,65	0,37	204,32	47,76	96h 40min
MANAUS	-4,38	-1,39	215,94	50,48	102h 10min

Fonte: Adaptada do DIEESE (2009).

A Pesquisa Nacional da Cesta Básica, destacou a capital de Belém como a que apresentou maior alta registrada dentre as outras capitais da pesquisa, com aumento de 2,65% nos gêneros alimentícios de primeira necessidade. As demais capitais apresentaram retrações no custo da cesta básica, onde em João Pessoa houve taxa de redução de 14,92%, Natal de 12,57% e Aracajú com 12,47%, em Vitória foi registrada menor taxa de retração com 3,71%. Em dezembro de 2009, as capitais apresentaram alta de 2,77% em Brasília, Aracajú 0,78% e Belém 0,37%. Nas demais capitais a pesquisa apontou uma taxa de redução, com variações entre 1,39% em Manaus e de 8,63% em Salvador (DIEESE,2009).

Apesar da retração em algumas capitais da pesquisa de 6,69% no custo dos alimentos essenciais registrado em dezembro, na capital de Porto Alegre o custo da cesta chegou a R\$237,58, apresentando uma redução comparada ao ano de 2008.

São Paulo ficou em segundo lugar com R\$228,19 no custo da cesta e em terceiro lugar Brasília, com R\$222,22 de custo na cesta básica. As capitais que apresentaram menor custo foram Aracaju com R\$169,18, João Pessoa R\$170,63 e Recife com R\$171,31 (DIEESE,2009).

QUADRO 3. Pesquisa Nacional da Cesta Básica Custo e variação da cesta básica em 21 capitais Brasil – dezembro 2017

CAPITAL	Varição Anual (%)	Varição Mensal (%)	Valor da Cesta (R\$)	Porcentagem do Salário Mínimo Líquido	Tempo de Trabalho
JOÃO PESSOA	-10,01	1,42	329,52	38,23	77h22m
NATAL	-5,90	0,90	331,18	38,42	77h46m
FLORIANÓPOLIS	-7,75	0,87	418,61	48,56	98h17m
FORTALEZA	-6,78	0,97	367,45	42,63	86h 16m
RIO DE JANEIRO	-5,64	2,78	418,71	48,57	98h19m
CURITIBA	-8,52	-1,66	374,94	43,49	88h02m
BRASÍLIA	-12,03	-0,20	379,77	44,05	89h10m
SALVADOR	-10,84	0,21	316,65	36,73	74h21m
VITÓRIA	-9,65	-0,71	385,19	44,68	90h26m
PORTO ALEGRE	-7,03	-3,92	426,74	49,5	100h12m
RECIFE	-4,54	1,31	332,15	38,53	77h59m
ARACAJU	-2,72	-0,31	340,02	39,44	79h50m
BELO HORIZONTE	-8,37	0,53	361,61	41,95	84h54m
SÃO PAULO	-3,31	0,27	424,36	49,23	99h38m
GOIÂNIA	-6,76	-0,35	360,7	41,84	84h41m
BELÉM	-13,16	-0,58	356,67	41,38	83h44m
MANAUS	-12,05	0,52	347,47	40,31	81h35m
SÃO LUÍZ	-6,16	0,30	334,13	38,76	78h27m
CUIABÁ	-11,62	0,30	376,71	43,70	88h27m
MACÉIO	-10,77	0,47	349,40	40,53	82h02m
CAMPO GRANDE	-10,24	0,53	366,26	42,49	85h59m

Fonte: Adaptada do DIEESE (2017).

No ano de 2017, o valor da cesta básica se reduz nas 21 capitais do país, segundo a Pesquisa Nacional da Cesta Básica de Alimentos, realizada pelo DIEESE. Houve variação na redução de 13,16% em Belém e 2,76% na capital de Aracaju. O maior custo da cesta básica foi em Porto Alegre de R \$426,74, na sequência São Paulo R\$424,36, Rio de Janeiro de R\$418,71 e Florianópolis de R\$418,61. Os gêneros alimentícios de menores valores componentes da cesta básica foram

observados nas capitais de Salvador de R\$316,65, em João Pessoa R\$329,52 e em Natal de R\$331,18 (DIEESE,2017).

QUADRO 5. Pesquisa Nacional da Cesta Básica Custo e variação da cesta básica em 18 capitais Brasil – dezembro 2018

CAPITAL	Varição Anual (%)	Varição Mensal (%)	Valor da Cesta (R\$)	Porcentagem do Salário Mínimo Líquido	Tempo de Trabalho
JOÃO PESSOA	4,76	1,71	345,21	39,33	79h37m
NATAL	3,09	2,77	341,40	38,90	78h44m
FLORIANÓPOLIS	9,37	0,65	457,82	52,16	105h35m
FORTALEZA	8,13	-3,48	397,34	45,27	91h38m
RIO DE JANEIRO	11,47	1,41	466,75	53,18	107h38m
CURITIBA	11,76	0,63	419,05	47,75	96h38m
BRASÍLIA	14,76	1,16	435,83	49,66	100h31m
SALVADOR	8,58	4,13	343,82	39,17	79h17m
VITÓRIA	4,83	-1,17	403,79	46,01	93h07m
PORTO ALEGRE	8,90	0,35	464,72	52,95	107h10m
RECIFE	2,53	2,12	340,57	38,80	78h32m
ARACAJU	5,51	2,57	358,75	40,87	82h44m
BELO HORIZONTE	13,03	1,69	408,71	46,57	94h15m
SÃO PAULO	11,09	0,01	471,44	53,71	53,71
GOIÂNIA	7,81	5,65	388,86	44,31	89h40m
BELÉM	7,19	2,71	382,31	43,56	88h10m
CAMPO GRANDE	15,46	0,49	422,88	48,18	97h31m

Fonte: Adaptada do DIEESE (2018).

De acordo com o Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos DIEESE, o valor da cesta básica sofreu reajuste nas 18 capitais onde foi aplicada a Pesquisa Nacional da Cesta Básica de Alimentos. A capital de Campo Grande apresentou aumento de 15,46%, em Brasília o aumento foi de 14,76% e Belo Horizonte de 13,03%, essas capitais foram as que sofreram as maiores alterações de preço. As menores alterações ocorreram em Recife apresentando apenas 2,53% e em Natal com 3,09% (DIEESE,2018).

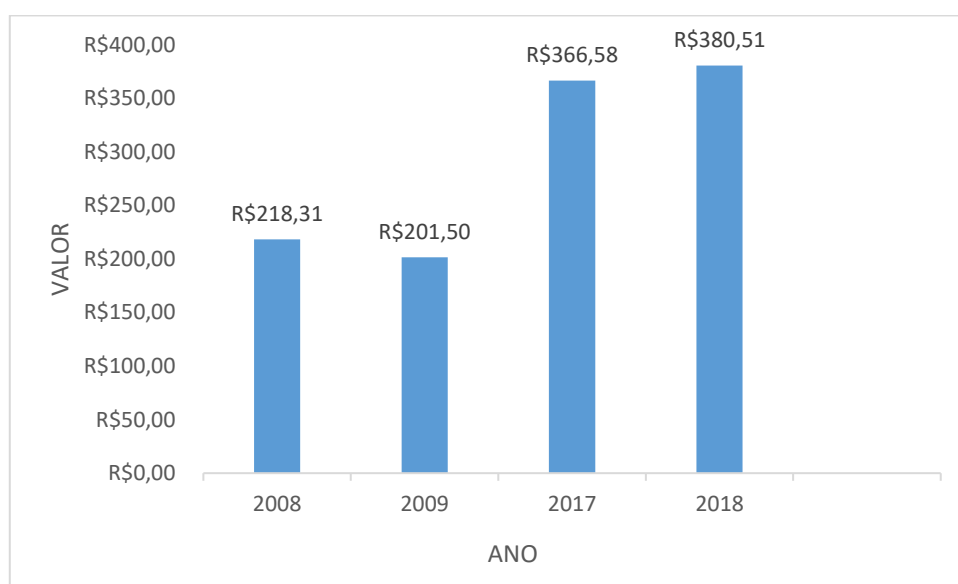
Nos meses de novembro e dezembro de 2018, o preço da cesta básica aumentou em 15 cidades, com ênfase para Goiânia que subiu 5,65%, Salvador 4,13%

e em Natal 2,77%. Três capitais apresentaram queda, como, Fortaleza de 3,48%, Vitória 1,17% e São Luís de 0,40% (DIEESE,2018).

No mês de dezembro de 2018, o maior custo na cesta básica foi visto em São Paulo com R \$471,44, na sequência o Rio de Janeiro com R\$466,74, Porto Alegre com R\$464,72 e em Florianópolis de R\$457,82. Em Recife esse valor chegou a R\$340,57, Natal R\$341,40 e em Salvador R \$343,82 nessas capitais foi possível observar os menores valores na cesta (DIEESE,2018).

A figura abaixo nos mostra o crescimento contínuo do custo da cesta básica para o brasileiro. No ano de 2018 quando o salário mínimo era de R\$ 954,00, a aquisição da cesta básica correspondia a 40% do salário.

GRÁFICO 1. Variação e custo da Cesta Básica nos períodos de 2008, 2009, 2017 e 2018



Fonte: autor (2021).

A Pesquisa da Cesta Básica Nacional realizada nos anos de 2008, 2009, 2017 e 2018, anos em que o presente estudo avaliou os dados obtidos nas POF's dos anos citados acima, apresentou os seguintes dados, no ano de 2009 houve uma redução de 8% no valor da cesta básica no país em relação ao ano de 2008, já em comparação ao ano de 2017 onde foi realizada a última POF, a taxa variação de custo foi 82% em

relação ao ano de 2009 e em 2018 o aumento na variação da cesta básica foi de mais 4% em relação ao ano de 2017 (DIEESE, 2018).

Desse modo, é possível analisar que o elevado custo dos alimentos dificulta o acesso a uma alimentação adequada e de qualidade, aumentando os casos de insegurança alimentar no Brasil devido ao contexto de instabilidade econômica ao qual o país vem enfrentando nos últimos anos (DA CUNHA, 2019).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É notório o processo de transição nutricional ao qual o Brasil vem enfrentando no decorrer das últimas décadas e os resultados do estudo demonstram esse processo de transição. De fato, o prato básico do brasileiro continua sendo o arroz e feijão, porém, esse consumo vem reduzindo com o passar dos anos e em contrapartida com essa situação, há uma substituição destes gêneros pelo consumo de novos alimentos, como os alimentos processados e ultraprocessados.

O estudo ainda traz um fator importante que é o aumento do valor da cesta básica nacional dos alimentos, onde nos últimos anos, tiveram reajustes alarmantes, no custo de alimentos considerados essenciais na alimentação dos brasileiros. Além dos alimentos base, que é o arroz e feijão, houve redução no consumo da carne vermelha, que não implica apenas na economia do país, mas, também é um fator de saúde pública, em decorrência da redução do consumo desse alimento pode estar atrelado a um possível aumento na prevalência agravado de doenças, como, a anemia ferropriva, pela baixa ingestão de ferro na alimentação diária da população mais carente.

O processo de transição nutricional, a mudança do prato básico do brasileiro, o aumento do preço da cesta básica, e as seguidas crises econômicas, são fatores contribuintes para o aumento da insegurança alimentar no país, que podem ocasionar sérios problemas de cunho social, econômico, cultural e de saúde pública.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Ângela de Fatima Barbosa et al. **Progresso do melhoramento genético do feijoeiro nas décadas de setenta e oitenta nas regiões Sul e Alto Paranaíba em Minas Gerais. Pesquisa Agropecuária Brasileira**, v. 29, n. 1, p. 01-91, 1994.
- ABREU, Edeli Simioni de et al. Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história. **Saúde e sociedade**, v. 10, p. 3-14, 2001.
- ARAÚJO, G. A. A.; FERREIRA, A. C. B. Manejo do solo e plantio. In: VIEIRA, C.; PAULA JÚNIOR, T.J.; BORÉM, A. (Ed.). **Feijão**. 2 ed. Viçosa, MG: Universidade Federal de Viçosa, 2006, p. 88-114.
- ABPA** - Associação Brasileira de Proteína Animal. Relatório anual 2018. Disponível em: <Disponível em: <http://abpa-br.com.br/storage/files/relatorio-anual-2018.pdf> >.
- BARBOSA, F.; GONZAGA, A. Informações técnicas para o cultivo do feijoeiro-comum na Região Central Brasileira: 2012-2014. Santo Antônio de Goiás: Embrapa Arroz e Feijão, 2012. (Documentos, 272)
- BÁSICA, Atenção. MINISTÉRIO DA SAÚDE SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. 2013.
- BATISTA FILHO, Malaquias; RISSIN, Anete. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cadernos de saúde pública**, v. 19, p. S181-S191, 2003.
- BLEIL, Susana Inez. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. **Cadernos de Debate**, v. 6, n. 1, p. 1-25, 1998.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de BRASIL, M. da S. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica. **Brasília: Ministério da Saúde**, p. 10, 2013.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE; BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. 2006.
- BUENO, Mariana Moreno; DE OLIVEIRA RAPHAELLI, Chirle; MUNIZ, Ludmila Correa. Consumo de alimentos ultraprocessados por escolares de zona rural. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 39, n. 2, p. 137-144, 2018.
- CARVALHO, Ana Leticia Ribeiro; SILVA, Maria Claudia da. O consumo alimentar de arroz e feijão dos alunos do curso de nutrição de uma faculdade particular da Asa Norte.
- EPIFÂNIO, Silvano Barros Olímpio et al. Análise de série temporal do consumo de bebidas açucaradas entre adultos no Brasil: 2007 a 2014. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2529-2540, 2020.
- CONAB (Brasil). Companhia Nacional de Abastecimento. Disponível em: Acesso em: 25 jun. 2016.

- COSTA, Caroline dos Santos et al. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, 2018.
- CUSTÓDIO, Daniela Costa et al. O adolescente interno do Instituto Federal Goiano-Campus Urutaí e o seu hábito de consumo alimentar. 2011.
- DA CUNHA, Cleyzer Adrian; CAIXETA, Ana Caroline Dias; WANDER, Alcido Elenor. O ciclo vicioso da pobreza e insegurança alimentar em Goiânia-GO, Brasil. **Revista Grifos**, v. 28, n. 47, p. 53-72, 2019.
- DA SILVA, Osmira Fátima et al. Produção de arroz e feijão em municípios com menores Índices de Desenvolvimento Humano na região do Matopiba, Brasil. **Embrapa Arroz e Feijão-Artigo em periódico indexado (ALICE)**, 2016.
- GEPTS, Paul; DEBOUCK, Daniel. Origin, domestication, and evolution of the common bean. **Common beans: research for crop improvement**, p. 7-53, 1991.
- DE OLIVEIRA, M. Sc Ronaldo Coimbra. A transição nutricional no contexto da transição demográfica e epidemiológica. 2004.
- domestication. *Economic Botany*, v.40, p.451-468, 1986
- EPIFÂNIO, Silvany Barros Olímpio et al. Análise de série temporal do consumo de bebidas açucaradas entre adultos no Brasil: 2007 a 2014. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2529-2540, 2020.
- ESCODA, Maria do Socorro Quirino. Para a crítica da transição nutricional. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 7, p. 219-226, 2002.
- FEMANDES, Sérgio Garcia; PANIAGO, Euter; DE LIMA, João Eustáquio. Análise de alternativas de políticas relacionadas com a demanda e a oferta de carnes no Brasil. **Revista de Economia e Sociologia Rural**, v. 27, n. 4, p. 437-461, 2019.
- FLANDRIN, Jean-Louis et al. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1996.
- FRIESTINO, Jane Kelly Oliveira et al. Mortalidade por Câncer de Próstata no Brasil: contexto histórico e perspectivas futuras. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 37, n. 3, p. 688-701, 2013.
- HILL, James O.; TROWBRIDGE, Frederick L. Childhood obesity: future directions and research priorities. **Pediatrics**, v. 101, n. 3, p. 570-574, 1998.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation on obesity, Geneva, 3-5 June 1997**. World Health Organization, 1998.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2002-2003: análise da disponibilidade domiciliar de alimentos e do estado nutricional no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE; 2004.
- JORGE, Karoline et al. Avaliação do consumo de arroz e feijão em uma unidade de ensino no município de São Paulo. **Revista Univap**, v. 20, n. 36, p. 35-46, 2014.

KAC, Gilberto; VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, Gustavo. A transição nutricional e a epidemiologia da obesidade na América Latina. 2003.

KENNEDY, G.; BURLINGAME, B.; NGUYEN, Nguu. Nutrient impact assessment of rice in major rice consuming countries. **Korea**, v. 165, n. 23.3, p. 12.5, 2002.

MACHADO, Alisson Diego. Implicações da reforma trabalhista na alimentação dos trabalhadores. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 28, 2018.

MEDEIROS, J. Redação científica: prática de fichamentos, resumos, resenhas. 13ª. **São Paulo: Atlas**, 2019. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. 2015.

MENDES, L. J. et al. Perfil do consumidor de ovos e carne de frango do município de Janaúba-MG. **Ars Veterinaria**, v. 32, n. 1, p. 81-87, 2017.

OLIVEIRA, Riceli Rodeghiero; PETER, Nathalia Brandão; MUNIZ, Ludmila Correa. Consumo alimentar segundo grau de processamento entre adolescentes da zona rural de um município do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1105-1114, 2021.

OLIVEIRA, S. P. Changes in food consumption in Brazil. *Archivos Latinoamericanos de Nutricion*, v.47, n. 2 (supl.1), p.22-24, 1997.

Organisation for Economic Co-operation and Development. Obesity update, 2014. <http://www.oecd.org/health/Obesity-Update-2014>.

Pesquisa do IBGE mostra aumento da obesidade entre adultos — Português (Brasil) (www.gov.br) 2019

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018 – POF. Rio de Janeiro, 2018.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009 – POF. Rio de Janeiro, 2015.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009 – POF. Rio de Janeiro, 2009.

RATTNER, Daphne et al. Saúde Brasil 2011: uma análise da situação de saúde e a vigilância da saúde da mulher. 2012.

RAUBER, Fernanda et al. Consumption of ultra-processed food products and its effects on children's lipid profiles: a longitudinal study. **Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases**, v. 25, n. 1, p. 116-122, 2015.

Secretária de Vigilância em Saúde, Ministério da Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. Brasília: Ministério da Saúde; 2011. (Série B. Textos Básicos de Saúde).

SOUZA, M. D. C. A.; HARDT, P. P. **Evolução dos hábitos alimentares no Brasil**. Brasil alimentos, agosto, 2002.

TAVARES, Leticia Ferreira et al. Relationship between ultra-processed foods and metabolic syndrome in adolescents from a Brazilian Family Doctor Program. **Public health nutrition**, v. 15, n. 1, p. 82-87, 2012.

TRAVASSOS, Guilherme Fonseca; COELHO, Alexandre Bragança. Padrão de substituição entre carnes no consumo domiciliar do Brasil. **Revista de Economia e Sociologia Rural**, v. 55, p. 285-304, 2017.

VASCONCELOS, Ana Maria Nogales; GOMES, Marília Miranda Forte. Transição demográfica: a experiência brasileira. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 21, n. 4, p. 539-548, 2012.

WALTER, Melissa; MARCHEZAN, Enio; AVILA, Luis Antonio de. Arroz: composição e características nutricionais. **Ciência Rural**, v. 38, p. 1184-1192, 2008.

APÊNDICES

APÊNDICE A. Instrumento de coleta de dados.

	Frequência de consumo alimentar (%), por grandes regiões				
	Norte	Sudeste	Sul	Centro Oeste	Nordeste

APÊNDICE B. Instrumento de análise de dados.

Capital	Varição Anual (%)	Varição Mensal (%)	Valor da Cesta (R\$)	Porcentagem do Salário Mínimo Líquido	Tempo de Trabalho

