

PERFIL ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA DE UMA COMUNIDADE DO MUNICÍPIO DE SALVADOR (BA)

Ingrid Santos Fernandes ¹

Amanda Valente da Silva ²

Filipe Ferreira de Almeida Rego ³

Sintia Freitas Bastos Lira ⁴

RESUMO

No Brasil, as mudanças socioculturais e econômicas impactaram no estilo de vida das pessoas, sobretudo nos hábitos alimentares, colaborando para o aumento de comorbidades na população. Objetivo: Descrever o perfil alimentar da população adulta residente na comunidade Alto de Ondina, Salvador (BA). Metodologia: Para avaliação do consumo alimentar foi utilizado o questionário, adaptado do Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto - Brasil (2008-2009), constando de seis perguntas, com respostas de múltipla escolha, com a possibilidade de apenas uma resposta. Conclusão: O perfil alimentar da população estudada é baseado em uma alimentação deficiente no consumo de alimentos fontes de fibras, bem como, evidencia a presença de alimentos de alta densidade calórica e rico em açúcares, presente nos hábitos alimentares desses indivíduos com regularidade. Desta forma, ressalta a importância para de elaboração de estratégias interventivas, visando a reeducação alimentar.

Palavras-chave: Perfil alimentar. Consumo. Adulto.

1. INTRODUÇÃO

Esta pesquisa é oriunda de um projeto maior denominado “Identificação de agravos à saúde influenciados por fatores ambientais em uma comunidade de Salvador (BA)”, tendo como objetivo verificar a distribuição de algumas doenças na população adulta e de queda em idosos, buscando uma correlação com fatores ambientais. Consiste na análise do perfil alimentar dos habitantes da comunidade Alto de Ondina, que está inserida no distrito sanitário Barra/Rio Vermelho, estando

¹ Discente do curso de Nutrição da Universidade Católica do Salvador, e-mail: ingrid.fernandes@ucsal.edu.br.

² Mestrado em Alimentos, Nutrição e Saúde, Universidade Católica do Salvador, e-mail: amanda.silva@ucsal.br.

³ Doutorado em Biotecnologia em Saúde e Medicina Investigativa, Universidade Católica do Salvador, e-mail: filipe.rego@ucsal.br.

⁴ Mestrado em Planejamento Ambiental, Universidade Católica do Salvador, e-mail: sintia.lira@ucsal.br.

localizada no bairro de Ondina, onde possui uma população estimada em 12.000 pessoas. Esta comunidade é vista com assentamento urbano informal que possui baixos recursos, bem como, um povoado denso.

Em virtude do aumento dos casos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis, considerado problema de saúde pública no país, destaca a importância para estudos sobre possíveis causas nesta temática. Pensando na importância da alimentação neste contexto, esta pesquisa visa descrever o perfil alimentar da população estudada, identificando a frequência do consumo de alimentos de elevada densidade calórica, bem como, o consumo de alimentos in natura.

Entendendo que a qualidade da alimentação é um aspecto intrínseco para preservação da saúde, assim como, prevenção dos riscos para o desenvolvimento de comorbidades, é necessário conhecer o perfil alimentar da população, em especial do público adulto, sobretudo das áreas deficientes em assistência à saúde, para que sejam elaboradas políticas e programas de alimentação e nutrição específicos.

Trata-se de um estudo do tipo quantitativo, transversal e descritivo, realizado na Comunidade do Alto de Ondina, em Salvador (BA), utilizando dados primários coletados pelo projeto maior, que ocorreu durante o mês de maio do ano de 2018. A escolha das residências participantes ocorreu de forma convencional, a partir das vias principais e transversais da Comunidade, sendo incluídos neste estudo indivíduos adultos, que aceitaram participar da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram critérios de não inclusão para o estudo: ser gestante, possuir algum tipo de deficiência física e apresentar idade inferior a 19 anos e superior a 59 anos.

Para avaliação do consumo alimentar foi utilizado o questionário, adaptado do Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto - ELSA-Brasil - (2008-2009), constando de 6 perguntas, com respostas de múltipla escolha, com a possibilidade de apenas uma resposta. O mesmo objetivou investigar o consumo de alimentos ricos em fibras e micronutrientes, bem como a frequência de ingestão de alimentos ultraprocessados, de elevada densidade energética e com aumentado teor de gorduras. O questionário foi aplicado utilizando a plataforma Google formulário, sendo subdividido em dois padrões de respostas, o grupo para avaliar a frequência de consumo de frutas,

verduras, refrigerante e salgados fritos, que tiveram as seguintes categorias de respostas: “mais de 3x/dia”, “2-3x/dia”, “1x/dia”, “5-6x/semana”, “2-4x/semana”, “1x/semana”, “1-3x/mês”, “nunca/quase nunca”. E o grupo de carnes que continham algum grau de gordura visível, com respostas: “Não come carne”, “Sempre”, “Algumas vezes”, “Nunca/raramente”.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica do Salvador, sob número de parecer 2.457.594.

2. DESENVOLVIMENTO E APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

No Brasil, as mudanças socioculturais e econômicas impactaram no estilo de vida das pessoas, sobretudo nos hábitos alimentares, colaborando para o aumento do excesso de peso na população, enquanto problema de saúde pública (BRASIL, 2014).

A prática de hábitos alimentares baseados no consumo de alimentos in natura contribuem para a saúde, devido a variedade de nutrientes provenientes desses alimentos. Desta forma, a Organização Mundial de Saúde (OMS) preconiza o consumo diário de verduras e frutas, que deve ser de no mínimo 400 gramas ao dia (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2003).

Acerca das características do consumo alimentar, a Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009 indicou que 68% dos brasileiros apresentam uma alimentação baseada em cereais refinados, observando-se um diminuído consumo de fibras alimentares (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2011). Associado a isso, verificou-se, num período de 10 anos o aumento dos casos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), a exemplo do diabetes e hipertensão que elevaram as prevalências de pessoas diagnosticadas em 61,8% e 14,2%, respectivamente, sendo as mulheres a população com mais atingida (BRASIL, 2017).

Em um estudo realizado com 103 mulheres num ambulatório de Salvador (BA), Ferraz (2013) constatou maior frequência (maior ou igual a 4 vezes na semana) do consumo de alimentos pertencentes ao grupo pães/cereais/raízes/tubérculos, sendo possível observar a prevalência do arroz

branco (85%), pão francês (70%) e farinha de mandioca (21%), que são carboidratos de alto índice glicêmico. Quanto ao consumo de fibras, foi evidenciado que 97,1% da população apresentava ingestão abaixo do recomendado. Os achados deste estudo corrobora os resultados do estudo de Ferraz (2013), demonstrando que 44,3% (31) dos entrevistados possuem baixa ingestão de fibras provenientes do consumo de frutas, pois realizam a ingestão de 2 a 4 vezes na semana, assim como, por meio do consumo de verduras onde 31,4% (22) dos cidadãos ingerem somente 2 a 4 vezes na semana (Tabela 1).

Tabela 1- Frequência do consumo de frutas e verduras, de ambos os sexos, em Alto de Ondina, Salvador - Bahia - Brasil - 2019

Frequência	Frutas		Verduras	
	n	%	n	%
Mais de 3x/dia	1	1,4	0	0
2-3x/dia	14	20	6	8,6
1x/dia	10	14,3	20	28,6
5-6x/semana	3	4,3	6	8,6
2-4x/semana	31	44,3	22	31,4
1x/semana	4	5,7	12	17,1
1-3x/mês	1	1,4	3	4,3
Nunca/quase nunca	6	8,6	1	1,4
Total	70	100	70	100

Fonte: Produzida pelo autor.

Segundo os dados da pesquisa Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico - 2016 (VIGITEL), ao analisar o consumo alimentar da população brasileira, observando o consumo de refrigerantes na população de Salvador, constatou maior consumo entre homens (9%) do que entre mulheres (7%) com frequência maior ou igual a cinco vezes por semana. Contradizendo o resultado deste estudo, que evidenciou maior consumo entre o público feminino (7,3%) do que o masculino (3,4%), considerando a frequência de 1 vez ao dia. Assim como, ao analisar a ingestão de salgados, foi evidenciado maior consumo entre a população masculina (34,5%) em relação a feminina (22%) na frequência de 1 a 3 vezes no mês (Tabela 2).

Tabela 2 - Frequência do consumo de salgados fritos ou assados e refrigerantes ou sucos artificiais na população masculina e feminina. Alto de Ondina, Salvador - Bahia - Brasil - 2019

Frequência	MASCULINO				FEMININO			
	Salgados fritos ou assados		Refrigerante ou suco artificial		Salgados fritos ou assados		Refrigerante ou suco artificial	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Mais de 3x/dia	0	0	0	0	1	2,4	0	0
2-3x/dia	0	0	3	10,3	4	9,8	3	7,3
1x/dia	2	7	1	3,4	1	2,4	3	7,3
5-6x/semana	1	3,4	2	7	1	2,4	3	7,3
2-4x/semana	5	17,2	5	17,2	5	12,2	1	2,4
1x/semana	5	17,2	6	20,7	4	9,8	9	22

1-3x/mês	10	34,5	5	17,2	9	22	8	19,5
nunca/ quase nunca	6	20,7	7	24,2	16	39	14	34,2
Total	29	100	29	100	41	100	41	100

Fonte: Produzida pelo autor.

Em relação ao consumo de carnes com excesso de gordura, neste estudo indicou que 17,1% dos entrevistados sempre ingere carnes sem retirar a gordura, corroborando os achados da VIGITEL (2017), em que 21,5% dos soteropolitanos consomem carnes demasiada de gordura.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O perfil alimentar da população estudada é baseado em uma alimentação deficiente no consumo de alimentos fontes de fibras e vitaminas, caracterizando essa ingestão abaixo do que é preconizado através das recomendações. Contudo, ainda assim, é observado o consumo semanal de frutas e verduras na maioria desses indivíduos. Bem como, evidencia a presença de alimentos de alta densidade calórica e rico em açúcares, presente nos hábitos alimentares desses adultos com regularidade, observando uma frequência semanal e diária desses alimentos prejudiciais a saúde ingeridos em excesso.

Compreendendo a importância de uma alimentação equilibrada para a promoção da saúde, é primordial a identificação do perfil alimentar populacional para averiguar os possíveis riscos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis e déficits nutricionais, decorrentes dos hábitos alimentares. Desta forma, ressalta a importância para elaboração de estratégias interventivas, visando a reeducação alimentar, e conseqüentemente, contribuir para redução de morbidades e elaboração de políticas públicas voltadas para esse público.



Devido algumas limitações encontradas neste estudo, como possível desconforto ao responder o questionário com total veracidade das informações, sugere-se o desenvolvimento de outros estudos aprofundados neste sentido.

AGRADECIMENTOS

A concretização deste estudo não seria possível sem a inserção do mesmo no projeto “Identificação de agravos à saúde influenciados por fatores ambientais em uma comunidade de Salvador (BA)”, bem como a receptividade e benevolência dos moradores da Comunidade Alto de Ondina. Ainda, faz-se necessário agradecer à Universidade Católica do Salvador pelo incentivo à pesquisa aos seus docentes e discentes.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2018, 14:16:40.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2016**: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2016 / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2017.160p. Disponível em:<<http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/02/vigitel-brasil-2016.pdf>>. Acesso em: 24 ago.2018. 14:05:31.

FERRAZ, I. A. R. **Perfil alimentar de mulheres de baixa renda com excesso de peso/obesidade**. 2013. 151 p. Dissertação (Mestrado em Medicina e Saúde Humana) – Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Salvador, 2013. Disponível em: <<http://www7.bahiana.edu.br/jspui/bitstream/bahiana/68/1/Izabela%20Aparecida%20Rodrigues%20Ferraz.pdf>>. Acesso em: 21 ago. 2018, 15:20:10.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE,2011. 150 p. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv50063.pdf>>. Acesso em: 20 ago. 2018, 17:15:06.



ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Dieta, nutrição e a prevenção de doenças crônicas. Genebra; 2003. (série de relatórios técnicos da OMS, 916). Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42665/WHO_TRS_916.pdf;jsessionid=EB0BEA79E35368CAEDB5FE132377A807?sequence=1>. Acesso em: 03 nov. 2018, 16:15:30.