

NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

Percepções de comensais do Sul do Brasil acerca das mudanças ocorridas na alimentação

Marilene Cassel Bueno¹; Raísa Vieira Homem¹; Juliana Machado Severo¹; Fabiana Thomé da Cruz²; Eliziane Nicolodi Francescato Ruiz¹.

1. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre - RS - Brasil; 2. Universidade Federal de Goiás, Goiânia - GO - Brasil.

INTRODUÇÃO

A alimentação tem passado por muitas mudanças, padrões alimentares mais tradicionais como o consumo de alimentos mais frescos e produzidos localmente foi cedendo espaço para alimentos ultraprocessados, que são caracterizados pela facilidade e acesso e também de preparo que facilita o consumo. Diante disso, objetivou-se analisar as percepções dos comensais sobre as mudanças na sua alimentação.

MÉTODOS

Esse trabalho é parte de uma pesquisa que buscou analisar os ambientes alimentares em Palmeira das Missões, um município de pequeno porte localizado na região norte do estado do Rio Grande do Sul. Para tanto, foi realizada uma pesquisa qualitativa com 19 comensais com idade entre 21 e 60 anos, residentes na área urbana do município. Utilizou-se como técnica de pesquisa entrevistas semiestruturadas, realizadas entre os meses de maio e julho de 2019. A pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CAAE: 07729519.6.0000.5347).

RESULTADOS

A análise dos resultados demonstra que os comensais perceberam que ao longo do tempo ocorreram mudanças em sua alimentação, apresentadas em quatro aspectos: 1) origem dos alimentos: anteriormente os alimentos eram, em sua maioria, oriundos da produção local e da produção para o consumo, principalmente feijão, frutas, legumes, verduras, tubérculos como mandioca e batata e carnes; 2) tipos de alimentos: anteriormente eram consumidos mais alimentos *in natura* e atualmente alimentos industrializados estão mais presentes na alimentação, por exemplo, os comensais citam que era frequente comer pão com chimia caseira (tipo de geléia que tem pedaços de fruta ou tubérculos) e hoje esses alimentos foram substituídos por pão francês/ “cacetinho” ou torradas industrializadas e ricota; outro alimento citado foi o pão de milho, que era muito consumido e que atualmente não se consome com frequência; 3) preparo dos alimentos: os interlocutores falaram que antes era mais comum consumir alimentos preparados em casa e atualmente também há a compra de alimentos prontos motivados pela praticidade de alimentos prontos e/ou pré-prontos e; 4) hábitos alimentares, que também tiveram mudanças

relacionadas aos horários definidos para a alimentação: atualmente as refeições são menos frequentes e é menos comum sentar para comer juntos.

CONCLUSÃO

Os resultados da pesquisa demonstraram que ocorreram mudanças no consumo alimentar, que são percebidas pelos comensais e se relacionam a origem e tipo dos alimentos, modos de prepara e de consumo, mudanças que tendem a alimentos pré-prontos e a hábitos alimentares mais individualizados. Tais transformações evidenciam a necessidade de concepção e melhoria de estratégias e ações de promoção de alimentação adequada e saudável. As políticas públicas, os serviços e setores de saúde devem enfrentar tais mudanças de forma intersetorial a fim de proteger a saúde e garantir o direito humano à alimentação adequada.

Palavras-chave: Hábitos alimentares; Alimentos industrializados; Alimentos in natura;