



Avaliação da percepção de risco e benefício de consumidores em relação a alimentos ultraprocessados.

Vitoria P. Azevedo*, Priscila Souza, Camila de Mello Marsola, Diogo Thimoteo da Cunha.

Resumo

O desconhecimento a respeito dos ingredientes que envolvem os alimentos ultraprocessados e crenças errôneas sobre alimentação, faz com que alguns alimentos dessa categoria sejam classificados como benéficos à saúde, e associados com a perda de peso corporal, resultado obtido a partir de uma análise quanti-qualitativa, a qual foram aplicados questionários à 105 pessoas, e posteriormente, feito entrevista com 6 pessoas. Os achados corroboram a relevância do Guia Alimentar para a População Brasileira e reforça a necessidade de políticas facilitadoras para o acesso a este.

Palavras-chave:

Alimentos ultraprocessados, Guia Alimentar, Percepção de risco.

Introdução

A escolha alimentar envolve diversos quesitos, ambientais, sociais e culturais. Nos últimos 30 anos no Brasil, o excesso de peso dobrou diante das estatísticas, e o aumento da oferta de alimentos ultraprocessados cada vez mais práticos, acessíveis, duráveis, palatáveis e atrativos para os consumidores passaram a ter grande representatividade na dieta dos brasileiros (JOMORI, 2008; BIELEMANN, 2015). Desse modo o estudo teve como objetivo analisar a percepção de risco e benefício dos consumidores da cidade de Limeira, atribuídos à essa categoria de alimentos.

Resultados e Discussão

No método quantitativo foi aplicado um questionário para 105 pessoas, em três faixas etárias diferentes, com 50 alimentos diversos. Foi utilizado duas escalas visuais de sete pontos variando de -3 a +3 classificando os alimentos entre “faz muito mal à saúde” à “faz muito bem à saúde” e também no quesito alteração do peso, sendo a classificação entre “engorda muito” à “emagrece muito”. A tabela 1 apresenta os alimentos com escores mais discrepantes em relação ao Guia Alimentar para população Brasileira.

TABELA 1. Alimentos escolhidos para o método qualitativo e análise dos resultados em relação a classificação “faz bem ou mal à saúde”

Alimentos	Adultos Jovens	Adultos	Idosos
Alimentos diet	-0,23	0,46	0,68
Alimentos light	0,23	0,89	0,71
Barra de cereal	0,4	0,77	1,11
Bolacha de água e sal	-0,11	0,17	1,14
Gelatina	0,54	1,14	1,77
Presunto	-1,05	-0,6	-1,34
Peito de peru	0,14	1,46	1,4

Além dos alimentos da tabela 1, a bolacha recheada, macarrão instantâneo, margarina, pão de forma comum, presunto, refrigerante, salgadinho de pacote, sopa industrializada, suco de caixinha, suco em pó e temperos prontos foram classificados como alimentos maléficis para à saúde. Em relação a alteração de peso, analisou-se que a barra de cereal, bolacha de água e sal e pão de forma integral enquadraram-se na categoria “engorda”, apesar de serem classificados como alimentos benéficos à saúde. Outros alimentos como: bolacha recheada,

macarrão instantâneo, margarina, pão de forma comum, presunto, refrigerante, salgadinho de pacote, suco de caixinha, suco em pó e temperos prontos foram associados ao ganho de peso, além de serem considerados maléficis à saúde. Já os alimentos light, alimentos diet, gelatina e peito de peru foram classificados como alimentos que contribuem para a perda de peso, e benéficos à saúde.

De acordo com as respostas obtidas, foi elaborado um questionário para o método qualitativo com os alimentos ultraprocessados citados na Tabela 1, o qual foi aplicado para seis indivíduos (duas pessoas de cada grupo).

Nesta etapa foi possível observar que a maioria das pessoas não refletem sobre o que comem e possuem crenças irreais sobre os alimentos ultraprocessados, caracterizando-os como alimentos benéficos à saúde por não possuírem o conhecimento dos ingredientes que compõem os alimentos, como citado por uma entrevistada quando questionada do porque a bolacha de água era considerada saudável:

“Porque não tem muita coisa, né? Acho que os ingredientes são muito simples... Não sei, na real, eu nunca parei para olhar os ingredientes”.

Outros fatores também estão envolvidos, como: diversas crenças familiares passadas entre as gerações e a associação errônea de benefícios relacionados ao tipo de carne, ao invés do processamento envolvido e, também, por não saberem de fato o que são alimentos ultraprocessados e seus possíveis maleficis.

Conclusões

Esta pesquisa evidenciou que determinados alimentos ultraprocessados são associados como benéficos à saúde e que interferem positivamente na perda de peso, sendo apontado certo desconhecimento sobre os ingredientes presentes nessa categoria de alimentos. Destaca-se a importância de políticas públicas para uma maior disseminação do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Agradecimentos

Agradecemos aos participantes da pesquisa e a bolsa concedida pelo Cnpq.

-BIELEMANN, R. M. et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. *Revista Saúde Pública*, 2015.

-JOMORI, M. M. et al. Determinantes de escolha alimentar. *Revista de Nutrição*. Campinas. v. 21. n. 1, 2008

-INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009. Rio de Janeiro, 2011.