

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

ANA CAROLINA DE CARVALHO MACHADO

**O CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS EM
ADOLESCENTES: FATORES SOCIECONÔMICOS E REPERCUSSÕES A SAÚDE**

VOLTA REDONDA - RJ

2020

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**O CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS EM
ADOLESCENTES: FATORES SOCIECONÔMICOS E REPERCUSSÕES A SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Nutrição do UniFOA, como requisito à obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Ana Carolina de Carvalho
Machado

Orientadora: Prof(a). Ms. Ana Paula Caetano
de Menezes Soares

VOLTA REDONDA - RJ

2020

FICHA CATALOGRÁFICA

Bibliotecária: Alice Tacão Wagner - CRB 7/RJ 4316

M149c Machado, Ana Carolina de Carvalho

O consumo de alimentos processados e ultraprocessados em adolescentes: fatores socioeconômicos e repercussões a saúde. / Ana Carolina de Carvalho Machado. – Volta Redonda: UniFOA, 2020.

25 p. Il.

Orientador (a): Ana Paula Caetano Menezes Soares

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2020.

1. Nutrição - TCC. 2. Adolescentes. 3. Socioeconômicos. 4. Alimentos industrializados. 5. Doenças crônicas. I. Soares, Ana Paula Caetano Menezes. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

O CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS EM ADOLESCENTES: FATORES SOCIECONÔMICOS E REPERCUSSÕES A SAÚDE

Elaborado por Ana Carolina de Carvalho Machado, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 03 de Dezembro de 2020

Banca Avaliadora:

.....
Professora Orientadora

Ana Paula Caetano Menezes Soares, Mestra em Educação em Ciências e Saúde pelo NUTES/UFRJ, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor Avaliador

Profa. Dra. Mariana Ribeiro Costa Portugal, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor Avaliador

Prof(a). Ms. Paula Alves Leoni, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico esse trabalho aos meus pais, que não pouparam esforços para que eu tivesse uma educação digna.

AGRADECIMENTOS

À Deus, sem a graça e misericórdia Dele aqui não estaria.

À minha mãe Simone e ao meu pai Samuel, que sempre estiveram do meu lado me dando forças quando eu pensava em desistir.

Ao meu irmão, meu companheiro, meu grude.

Aos meus colegas de república, que foram minhas âncoras em momentos de loucuras.

Aos meus professores, desde o maternal até o ensino superior, sem eles jamais chegaria aqui.

À minha orientadora, que me direcionou com muita paciência e dedicação.

Aos amigos que fiz na faculdade, por tornarem o ambiente mais leve.

A minha família, que torce por mim e eu por eles.

“Talvez não tenha conseguido fazer o melhor, mas lutei para que o melhor fosse feito. Não sou o que deveria ser, mas Graças a Deus, não sou o que era antes.”

Marthin Luther King

RESUMO

Na fase da adolescência ocorre a busca pela identidade adulta, o que torna o adolescente susceptível a influências. A mídia se tornou uma ótima influenciadora, as publicidades e propagandas vêm se tornando cada vez mais fortes e se moldam conforme o perfil do público alvo. Além disso, quando houve a entrada da mulher no mercado de trabalho, ocorreu uma mudança significativa nos hábitos alimentares das famílias. Da mesma forma que os alimentos processados e ultraprocessados entraram nas residências, eles começaram a ganhar espaço no ambiente escolar, por meio das cantinas. O presente estudo teve como objetivo analisar os fatores socioeconômicos que determinam o consumo de alimentos processados e ultraprocessados em adolescentes brasileiros nas últimas décadas, bem como evidenciar as principais repercussões em doenças crônicas não transmissíveis. Foi realizada uma pesquisa de caráter narrativo. Foram revisados artigos dos últimos 14 anos (2006 – 2020). De acordo com a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), os alimentos processados e principalmente os ultraprocessados vem aumentando significativamente nos últimos 15 anos. Os açúcares tanto de mesa quanto os usados em preparações e em alimentos ultraprocessados e processados são consumidos em sua grande maioria pelos adolescentes. O costume de assistir televisão por horas está diretamente relacionado a adesão de alimentos não saudáveis com alto teor de sódio, açúcar e gordura por crianças e adolescentes. A POF de 2019 relata que embora a alimentação brasileira ainda mantenha os hábitos usuais (arroz e feijão), ela vem sendo marcada pela inserção de alimentos processados e de bebidas com adição de açúcar que aumentou em todas as regiões do país e em todas as classes de renda. Sabe-se que os fatores dominantes de DCNT são: tabagismo, sedentarismo, alcoolismo e má alimentação. Dados obtidos pelo DATASUS no ano de 2020 até o mês de maio relatam 755 mortes prematuras por DCNT na faixa etária de 10 a 19 anos. Assim, é fundamental que sejam criadas campanhas preventivas e informativas em conformidades com o Guia Alimentar, objetivando assim promover uma alimentação saudável entre adolescentes e com a intenção de reduzir o consumo de alimentos processados e ultraprocessados e consequentemente diminuir os casos de DCNT.

PALAVRAS CHAVES: adolescentes; socioeconômicos; alimentos industrializados; doenças crônicas

ABSTRACT

In the teenager era there is a search for the adult identity what makes it down into influence. The media became a great influencer, the public and propagand are stronger now aday and takes form according to the target public. Besides of it when the come up of the woman in the work market it will have a significant change about the habit of food in the family. As the same way the processed food at home they will win space at schools too, by the cafeterias. The present studying had as main point analyse the social economic fact that end the food consume processed and over processed in brazilian teens in the last decades, and also have as evidence the main chronic non-communicable diseases. It was fulfilled a search in the narrative form. It was analyzed documents old ones from de last 14 years (2006-2020). According to family budget program the processed food and the over processed come growing in the last 15 years. Sugars for both table and sugar used in preparations and in processed food and the over processed are mostly consumed by teenagers. The use of watching TV by hours is linked in no healthy food with a high point of lence sodium e sugar for children e teenager consume. The POF from 2019 shows that we keepmour meals with (rice and beans) it is target for the processed and over processed foods and drinks with sugar adding that increase in all brazilian regions classes and income. The dominante facts of chronic non-communicable diseases are tabagismo, sedentarismo, alcolism and bad eating habits. From DATASUS in 2020 until may they show 755 premature death buy around ages 10 upto 19 years. So it's fundamental that should be create preventive and informatives compaign within feed guide objectiving to promote a healthy alimentation between teenagers and with the intention of reducing the consume processed and over processed food and consequently lessen the DCNT cases.

KEYWORDS: teenagers; social economic; processed food; chronic diseases

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. MÉTODOS.....	12
3. DESENVOLVIMENTO	13
3.1. DESENHO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES NO BRASIL E NO MUNDO.....	13
3.2. ANÁLISE DOS FATORES SOCIECONÔMICOS DETERMINANTES.....	15
3.3. CORRELAÇÕES COM DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS.....	18
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS.....	21

1. INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde – OMS (2020), adolescente é a pessoa com a idade compreendida entre os 10 a 19 anos de idade completos. A adolescência é marcada por mudanças físicas, hormonais e mentais, que se iniciam com a puberdade e termina quando o indivíduo completa seu crescimento (OMS, 2020).

Na fase da adolescência ocorre a busca pela identidade adulta, é um período em que o indivíduo deixa de ser criança para se tornar alguém com responsabilidades. Durante esse processo, na busca para encontrar seu papel na sociedade, o adolescente passa por uma mistura de sentimentos e comportamentos que acabam o deixando confuso diante dessas situações, o que o torna uma pessoa susceptível a influências (BRÊTAS et al., 2008).

A mídia se tornou uma ótima influenciadora, principalmente quando se trata de alimentos processados e ultraprocessados, as publicidades e propagandas vêm se tornando cada vez mais fortes e se moldam conforme o perfil do público alvo (MILANI et al., 2015). De acordo com Henrichs e Oliveira (2014), isso se torna prejudicial principalmente para crianças e adolescentes, pois ainda estão passando pela fase de formulação de ideias e opiniões, por estarem desenvolvendo personalidade.

Além disso, quando houve a entrada da mulher no mercado de trabalho, ocorreu uma mudança significativa nos hábitos alimentares das famílias, pois com a correria do dia a dia e com a falta de tempo para preparar refeições, optou-se por comidas rápidas e prontas, contribuindo assim com a entrada de alimentos processados e ultraprocessados nas residências (LELIS; TEIXEIRA, SILVA, 2012).

Da mesma forma que os alimentos processados e ultraprocessados entraram nas residências, eles começaram a ganhar espaço no ambiente escolar, por meio das cantinas. Há um alto consumo de alimentos com baixo valor nutricional e de alta densidade energética, além da oferta de doces, frituras e refrigerantes dentro das escolas. O que torna um caso alarmante, pois tanto dentro das casas quanto nas escolas, a maioria dos alimentos escolhidos não agregam nutricionalmente. (ROSSI et al., 2019)

Um estudo feito por Teixeira et al. (2012), em São Paulo com 1.168 adolescentes estudantes de escolas técnicas, revelou que grande parte dos adolescentes trocam refeições por lanches, e constatou que a mais substituída é o

jantar, entretanto a substituição do almoço também se mostra significativa. O estudo ainda descreve que a substituição frequente de almoço e/ou jantar está relacionada a fatores como mudança do estilo de vida, praticidade, falta de tempo, influência da mídia e a preferência ao sabor, juntamente com o hábito de comer fora de casa e com o consumo de porções grandes.

Segundo Lemos e Dallacosta (2005), em seu estudo sobre hábitos alimentares de adolescentes na cidade de Cascavel – PR com estudantes entre a 5ª série do ensino fundamental e o 2º ano do ensino médio, pontuou que a maior parte dos adolescentes reconhecem o risco causado pelos alimentos não saudáveis e relatam saber sobre a correlação com doenças crônicas. Apesar de se mostrarem preocupados com as consequências dessa alimentação, os adolescentes não deixam de comer o que gostam.

De acordo com os dados levantados pela Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios – PNAD (2008), 11,2% das adolescentes e 9,5% dos adolescentes no Brasil tem pelo menos uma doença crônica, e esse número aumenta de acordo com o avançar da idade, isso porque os hábitos adquiridos na adolescência são levados para a vida adulta.

O presente estudo teve como objetivo analisar os fatores socioeconômicos que determinam o consumo de alimentos processados e ultraprocessados em adolescentes brasileiros nas últimas décadas, bem como evidenciar as principais repercussões em doenças crônicas não transmissíveis.

2. MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa de caráter narrativo, uma revisão narrativa são publicações amplas, que buscam descrever ou discutir o desenvolvimento ou o “estado da arte” de um determinado assunto, perante o ponto de vista teórico ou conceitual. São revisões que permitem a atualização de temas específicos e contribuem na formulação de novas pesquisas (ROTHER, 2007). Foram revisados artigos dos últimos 14 anos (2006 – 2020), relacionados à influência socioeconômica no consumo de alimentos processados e ultraprocessados por adolescentes. Foi tida como base de dados: IBGE, Gov, SciELO e Google Acadêmico. Os descritores utilizados foram “adolescentes”, “socioeconômico”, “alimentos industrializados”, “doenças crônicas”.

3. DESENVOLVIMENTO

3.1. DESENHO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES NO BRASIL E NO MUNDO

O guia alimentar para a população brasileira descreve os alimentos como: alimentos *in natura* são alimentos livres de qualquer modificação, retirados de animais ou plantas tal como leite, ovos, frutas, etc. Alimentos minimamente processados são os alimentos que sofreram alterações mínimas, sendo estas: pasteurização, moagem, fermentação, refrigeração, etc. Alimentos processados foram criados no intuito de aumentar a vida de prateleira dos alimentos e torná-los mais atraentes, consistem na adição de sal, açúcar ou outro produto que torne o alimento mais durável. São os casos dos alimentos em conserva, defumados, enlatados, compotas de frutas, etc. E alimentos ultraprocessados são totalmente modificados, podendo ou não conter alimentos inteiros, produzidos pela adição de muitos ingredientes e de substâncias sintetizadas em laboratórios. Como exemplos temos: biscoitos recheados, refrigerantes, macarrão instantâneo, etc. (BRASIL, 2014).

De acordo com a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), os alimentos processados e principalmente os ultraprocessados vem aumentando significativamente nos últimos 15 anos. Em 2002/2003 o consumo de processados marcava 12,6% das calorias totais (IBGE, 2004), em 2008/2009 esse número aumentou para 16% (IBGE, 2011) e agora em 2017/2018, na última pesquisa, houve um aumento de seis pontos percentuais, chegando a 18,4% (IBGE, 2019). Monteiro (2009), já afirmava que a ocorrência desse aumento se deve porque os indivíduos não levam em consideração o alimento em si como determinante na escolha do consumo e sim a praticidade, durabilidade e atratividade do produto. Os indivíduos são influenciados por fatores ambientais como custo, divulgação dos produtos, características organolépticas, flexibilidade, acesso (CLARO et al., 2016).

A Pesquisa de Orçamentos Familiares de 2019 relata que a incidência do consumo alimentar fora de casa é maior entre os adolescentes do que entre os adultos e idosos, o consumo dessa alimentação se baseia principalmente em refrigerante, salgadinhos, cerveja, bolos, massas. Os açúcares tanto de mesa quanto os usados em preparações e em alimentos ultraprocessados e processados são consumidos em

sua grande maioria pelos adolescentes, sendo em relação ao total calórico 26,7% para adolescentes, 19,5% para adultos e 15,1% para idosos. Em relação ao consumo de frutas e hortaliças ao consumo de alimentos processados e ultraprocessados, os adolescentes possuem baixa consumação em alimentos in natura e minimamente processados e alta inclinação aos alimentos processados e ultraprocessados, como:

“macarrão instantâneo, biscoito recheado, biscoito doce, salgadinhos chips, linguiça, salsicha, mortadela, presunto, chocolates, achocolatados, sorvete/picolé, sucos, refrescos/sucos industrializados, refrigerantes, bebidas lácteas, pizzas, salgados fritos e assados e sanduíches.” (POF, 2019, p.108)

Estudos feitos em outros países geraram resultados similares: Na Polônia, Zalewska e Maciorkowsha (2017) estudando o comportamento nutricional de 1.999 adolescentes de 18 anos do ensino médio na cidade de Bialystok definiram hábitos alimentares de indivíduos com o estado nutricional diversificado. Os resultados da pesquisa mostraram que os adolescentes consomem lanches várias vezes ao dia e geralmente escolhem fast foods para essa refeição e ¼ dos adolescentes declararam comer doces todos os dias. A pesquisa revela que os adolescentes estudados possuem ingestão de vegetais e frutas insuficientes e alto consumo de refeições salgadas e doces.

Nos Estados Unidos, Lipsky et al. (2017) examinaram a NEXT Generation Health Study uma coorte nacional composta de 2.785 alunos do 10º ano de 81 escolas nos Estados Unidos. O objetivo dessa análise era examinar a base da qualidade da dieta durante a transição para a idade adulta. Analisando os dados, o estudo concluiu que esses alunos consumiam menos da metade da quantidade recomendada de alimentos vegetais e que a ingestão energética desses alunos é 75% maior do que a recomendada. O estudo concluiu também que a qualidade da dieta em adolescentes é pior do que em crianças mais novas e adultos mais velhos.

Na Colômbia, Khandpur et al. (2020) utilizaram dados da primeira Pesquisa Nacional do Estado Nutricional da Colômbia (ENSIN, 2005) e da Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Colômbia (ENDS, 2005) para relacionar fatores sociodemográficos com o consumo de ultraprocessados, os resultados do estudo mostraram que adolescentes e os residentes urbanos são os maiores consumidores de alimentos ultraprocessados, sendo que os adolescentes consomem quase o dobro de processados que participantes com mais de 50 anos.

No Nepal, Singh et al. (2020) realizaram um estudo que buscava intervenção educacional para adolescentes em uma escola situada em Birgunj, o estudo relata que $\frac{1}{4}$ da população do Nepal é composta por adolescentes e cerca de mais da metade desses adolescentes (54,2%) consomem alimentos ultraprocessados.

3.2. ANÁLISE DOS FATORES SOCIECONÔMICOS DETERMINANTES

De acordo com a investigação de Pereira, Silva e Sá (2015) realizada por meio de uma pesquisa com adolescentes com o intuito de descobrir fatores que influenciam os comportamentos alimentares do mesmos, identificou-se nove fatores que induzem as escolhas alimentares, são eles: influência midiática ou do meio em que vivem, estado emocional, acessibilidade, questões de saúde, influência paternal, propriedades organolépticas, satisfação/insatisfação corporal, preocupações éticas, facilidade.

É comprovado pela literatura que o costume de assistir televisão por horas está diretamente relacionado a adesão de alimentos não saudáveis com alto teor de sódio, açúcar e gordura por crianças e adolescentes. Diversos estudos contribuem para essa afirmação: Lucchini e Enes (2014) investigaram o vínculo entre o tempo utilizado para assistir televisão com o comportamento alimentar de adolescentes, o estudo contou com 815 adolescentes pertencentes as escolas públicas do município de Piracicaba em São Paulo, os resultados do estudo demonstraram que adolescentes que passam mais tempo em frente a tv ingerem mais leites, açúcares e doces que os demais. Oliveira et al. (2016) analisaram 74.589 adolescentes de 1.247 escolas em 124 municípios brasileiros com idades compreendidas entre 12 e 17 anos como o intuito de relacionar o tempo utilizado às telas e o consumo alimentar. 60% da amostra afirmou realizar suas refeições em frente a tv e quase 40% consomem petiscos em frente as telas, essa exposição favorece o consumo de alimentos processados e ultraprocessados em oposição a frutas e vegetais.

Mattos et al. (2010) avaliaram 60 alunos de uma escola particular em Ribeirão Preto – SP quanto a exposição de propagandas de alimentos transmitidas pela televisão, na intenção de analisar as escolhas dos adolescentes expostos ou não a essas propagandas. Essa amostra foi dividida em dois grupos: o grupo de controle e o grupo experimental. Em ambos os grupos, os adolescentes afirmaram que 60% do seu tempo era gasto com a televisão, 25% com o computador e 15% com videogames.

O estudo traz como resultado que os produtos alimentícios consumidos pelos adolescentes, independente do grupo, eram em sua maioria os alimentos das propagandas passadas na televisão. A análise concluiu que as propagandas possuem grande influência na hora das escolhas alimentares.

Moraes et al. (2017) realizaram um estudo similar com 40 adolescentes de 11 a 15 anos em São Luís no Maranhão. Os estudantes relataram sempre fazer refeições em frente as telas, tanto televisão, celular e computador e quando foram questionados sobre alimentos que costumavam ingerir, relataram ingerir alimentos que estavam em alta na mídia, como doces e fast foods. Moraes et al. concluíram que os alimentos mais consumidos eram os divulgados expressivamente pelas propagandas. Uma revisão de literatura realizado por Alves, Mota e Araújo (2019) do período de 2012 a 2017 relata que a maior parte dos trabalhos publicados mostram que a mídia influência de forma negativa a alimentação de adolescentes.

Acredita-se que as influências parentais são muito importantes quando ligadas a alimentação. Martins et al. (2019) analisaram os dados da Pense de 2015 no intuito de investigar a periodicidade em que os adolescentes da faixa etária de 11 a 19 anos fazem refeições junto aos pais e sua agregação com os hábitos alimentares. 74 % dos adolescentes disseram realizar refeições com os pais pelo menos 5 vezes na semana, o que foi associado de forma positiva ao consumo de alimentos consideráveis salgados e de forma negativa ao consumo de guloseimas e alimentos ultraprocessados. O estudo afirma que a qualidade da dieta dos adolescentes quando se alimentam junto com os pais é muito melhor.

Dantas et al. (2020) fizeram uma análise parecida com Martins e seus colaboradores, os pais foram classificados de acordo com a opinião dos filhos, algumas mães foram classificadas como autoritárias e alguns pais como permissivos. Os pais permissivos sempre ou quase sempre possuíam alimentos processados e ultraprocessados em casa, as mães autoritárias foram relacionadas a alta disponibilidade de alimentos minimamente processados e *in natura*. O estudo conclui que os pais podem influenciar de maneira negativa ou positiva na alimentação do adolescente.

Segundo o caderno SISAN (2013) o consumo de alimentos processados e ultraprocessados é maior na população de baixa renda, isso porque o custo-saciedade-sabor-calorias é mais rentável e as características sensoriais são mais atrativas em relação aos alimentos *in natura*.

Dessa forma, devido a oferta e procura, consegue-se entender a relação social com a diferença de preços dos produtos *in natura* dos produtos processados. Um estudo realizado em 2017 por Simões et al. avaliou o consumo de alimentos ultraprocessados e nível socioeconômico no Brasil entre participantes do Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto, o estudo descreve que a ingestão de alimentos ultraprocessados diminui à medida que o grau de escolaridade aumenta e de acordo com a renda. Entretanto, o resultado do estudo relata que os participantes com indicadores socioeconômicos inferiores consomem menos alimentos ultraprocessados e que os participantes com a renda per capita mais alta foram associados como os maiores consumidores de alimentos ultraprocessados e que embora a compra de alimentos ultraprocessados tenha crescido entre as famílias de baixa renda, as famílias de alta renda ainda liberam a posição.

A POF de 2019 relata que embora a alimentação brasileira ainda mantenha os hábitos usuais (arroz e feijão), ela vem sendo marcada pela inserção de alimentos processados e de bebidas com adição de açúcar que aumentou em todas as regiões do país e em todas as classes de renda, mostrou ainda que o consumo de frutas e hortaliças vem sendo diminuído nas classes de renda mais baixas e o consumo de refrigerantes é alto na classe de renda baixa em consideração a classe de renda alta.

Souza et al. (2013) analisaram dados do Inquérito Nacional de Alimentação (INA, 2008-2009), dividiram os dados por sexo, faixa etária, grandes regiões e renda. A análise por faixa etária revelou que os adolescentes foram o único grupo a não citar nenhuma hortaliça em sua alimentação. Em relação a doces, frituras, salgados, refrigerantes, biscoitos, o consumo foi superior entre adultos e adolescentes, sendo maior entre adolescentes. Levando em conta a faixa etária adolescente, os dados do estudo mostram que a maioria dos adolescentes consumia regularmente feijão (62,6%), leite (53,6%) e guloseimas (50,9%), sendo guloseimas consumidas em sua maioria pelo sexo feminino.

Pesquisa realizada no Nordeste, na cidade de Caruaru (PE) em escolas de rede pública, feita por Zanini et al. (2013), divulgou que os adolescentes consomem refrigerantes, frituras e doces pelo menos uma vez por semana. O consumo diário desses alimentos se mostrou alto, sendo os doces mais consumidos diariamente, principalmente pelas meninas. 60% dos alunos entrevistados declararam consumir pelo menos um desses alimentos por dia e 10% declararam consumir os três alimentos citados diariamente.

Levy et al. (2010) estudaram os dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE, 2009) e constataram que ao analisar os marcadores de alimentação não saudável, 50,09% dos adolescentes consumiam guloseimas e refrigerantes. E quando compararam de esses parâmetros segundo o sexo, observou-se que as meninas consumiam muito mais guloseimas do que os meninos. Santos et al. (2011) em sua pesquisa, relatam que o ciclo menstrual interfere no comportamento alimentar, aumentando a ingestão de alimentos doces, açucarados e gordurosos.

3.3. CORRELAÇÕES COM DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

Sabe-se que os fatores dominantes de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são: tabagismo, sedentarismo, alcoolismo e má alimentação. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), as DCNT são as principais causas de morte prematura no Brasil, sendo as doenças cardiovasculares, o câncer, o diabetes mellitus e as doenças respiratórias crônicas, doenças de maior impacto no país. Dados obtidos pelo Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde (DATASUS) no ano de 2020 até o mês de maio relatam 755 mortes prematuras por DCNT na faixa etária de 10 a 19 anos.

Levy et al. (2012) em seu estudo sobre a distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil, ressaltam que a importância da qualidade da dieta impacta de maneira direta na saúde do indivíduo e no Brasil essa alimentação tem deixado a desejar, necessitando assim de políticas públicas de promoção da alimentação saudável. Claro et al. (2015) demonstrou em seu estudo que a população brasileira apresentou alta prevalência de cerca de 20% acima dos indicadores de consumo de alimentos não saudáveis considerados fatores de risco para DCNT. Dentre os alimentos com maior predomínio estavam o consumo de carne com excesso de gordura (37,2%), leite integral (60,6%), refrigerantes ou sucos artificiais (23,4%) e doces (21,7%).

Castro et al. (2008) analisando os resultados iniciais de uma experiência de implantação de um sistema de vigilância de fatores de risco para doenças não transmissíveis em adolescentes, concluiu que eles são os maiores consumidores de alimentos considerados não saudáveis, como baixo consumo de frutas e hortaliças, e alto consumo de doces, refrigerantes e fast foods. O estudo ainda evidencia que a alimentação é ligada diretamente com a prevalência de doenças crônicas e que os

hábitos alimentares dos adolescentes é um grande fator de risco para a ocorrência da mesma.

A alimentação não saudável em adolescentes, caracterizada pelo consumo excessivo de açúcares e gorduras, está ligada ao aumento do ganho de peso nessa população, contribuindo para o aumento na incidência da obesidade (Enes e Satler, 2010). A OMS define obesidade como um agravo multifatorial decorrente de balanço energético positivo que se culmina em excesso de gordura corporal. A obesidade é um fator de risco para o desenvolvimento de DCNT, principalmente diabetes e hipertensão, isso porque ela desencadeia complicações como aumento da pressão arterial, dos níveis de colesterol e triglicérides sanguíneos e resistência à insulina.

Terres et al. (2006) apuraram na cidade de Pelotas - RS fatores associados a sobrepeso e obesidade em adolescentes, em uma amostra com 1000 adolescentes, 5% eram obesos e 20,9% apresentavam sobrepeso. Os resultados do estudo indicaram que adolescentes que possuíam pais obesos apresentavam obesidade ou sobrepeso, devido a fatores genéticos ou estilo de vida.

Silva, Balaban e Motta (2005) compararam a prevalência de obesidade e sobrepeso em pré-escolares, escolares e adolescentes de condições socioeconômicas diferentes. Os dados do grupo de baixa condição socioeconômicas foram obtidos do Ambulatório de Puericultura do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco e de uma escola da rede pública, os de boa condição socioeconômicas foram obtidos de uma escola de rede privada. Foram analisados 1616 crianças e adolescentes, sendo 624 de baixa condição e 992 de boa condição socioeconômica. 234 crianças possuíam sobrepeso e 134 obesidade, sendo mais frequente em escolares e adolescentes de boa condição socioeconômica. O estudo conclui que:

“o nível socioeconômico interfere na prevalência de sobrepeso e obesidade na medida em que determina a disponibilidade de alimentos e o acesso à informação.” (Silva, Balaban e Motta, 2005, p. 57)

Andrade et al. (2020) pesquisaram sobre a prevalência de resistência insulínica em adolescentes associadas a variáveis metabólicas e ao consumo alimentar. O estudo foi realizado com 99.221 adolescentes de escolas públicas e privadas de Recife que fizeram parte do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA). Em 25,3% dos indivíduos foi revelada a resistência insulínica, relacionada com lipídios totais e ingestão de energia. A resistência insulínica foi três vezes maior

em adolescentes com obesidade ou sobrepeso, concluindo que os hábitos alimentares contribuem para o excesso de peso e para o desenvolvimento de resistência insulínica.

Pinto et al. (2011) analisando as escolas públicas de Salvador aferiu a prevalência da pré-hipertensão e da hipertensão arterial, avaliando os motivos associados à doença, em crianças e adolescentes de ambos os sexos. Participaram da pesquisa 1.125 crianças e adolescentes, 4,8% dessa amostra apresentaram hipertensão, sendo mais comum no sexo feminino e entre os indivíduos de 10 a 14 anos. 9,3% apresentaram pré-hipertensão também sendo mais pronunciada no sexo feminino e em indivíduos de 10 a 14 anos. Constatou-se que a pré hipertensão esteve ligada ao sobrepeso/obesidade, 12,6% da amostra apresentavam sobrepeso/obesidade. A hipertensão foi relacionada ao sexo feminino, sobrepeso/obesidade e ao padrão alimentar de risco, composto por alimentos processados e ultraprocessados, segundo resultados do estudo esse padrão de risco imprimiu chance 1,93 vez maior de as crianças e adolescentes apresentarem hipertensão arterial em relação aos eutróficos.

Beck et al. (2011) em um estudo semelhante analisaram fatores de risco cardiovascular em relação as variáveis sociodemográficas em adolescentes, no município de Três de Maio - RS. Os dados foram obtidos em todas as escolas da região que ofereciam ensino fundamental, médio e cursos técnicos, dando uma amostra de 660 adolescentes. Os resultados do estudo mostraram que dieta aterogênica, sedentarismo, excesso de adiposidade abdominal, HDL-C baixo e colesterol total elevado foram os fatores de risco com maior prevalência nos adolescentes.

Diferentemente do estudo feito por Pinto et al. (2011) nesse estudo a probabilidade de os rapazes apresentarem pré-hipertensão/hipertensão arterial foi quase cinco vezes maior, quando comparados às moças. Outro estudo similar a estes dois realizado por Rinaldi et al. (2012) aponta que os valores médios de pressão arterial não possuíram diferença entre os sexos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como foi visto nessa revisão, ainda que a alimentação brasileira mantenha seus costumes tradicionais (arroz, feijão) é visivelmente crescente o aumento de alimentos açucarados e gordurosos, bem como alimentos processados e ultraprocessados, principalmente pelos adolescentes, independentemente da classe social, pois o consumo pelas famílias de baixa renda também tem aumentado. Vimos também que devido a adolescência ser uma fase em que o indivíduo passa por mudanças tanto corporal quanto psicológicas, o adolescente acaba se tornando um ser influenciável, e essas influências podem contribuir de forma positiva ou negativa na vida do mesmo. Nessa revisão consta que os resultados de um alto consumo desses alimentos proporcionam aumento nas doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes, que se não controladas levarão até a vida adulta.

Assim, é fundamental que sejam criadas campanhas preventivas e informativas em conformidade com o Guia Alimentar, objetivando assim promover uma alimentação saudável entre adolescentes e com a intenção de reduzir o consumo de alimentos processados e ultraprocessados e conseqüentemente diminuir os casos de DCNT.

REFERÊNCIAS

ALVES, E. C., MOTA, H. S. & ARAÚJO, Y. L. F. M. (2019). A influência da mídia na cultura alimentar de adolescentes: uma análise de estudos publicados em periódicos no período de 2012 a 2017. In M. L. Martins & I. Macedo (Eds.), Livro de atas do III Congresso Internacional sobre Culturas: Interfaces da Lusofonia (pp. 574-580). Braga: CECS.

ANDRADE, MIS et al. Prevalência de resistência à insulina e associação com fatores de risco metabólicos e consumo alimentar de adolescentes – Recife/Brasil. **Rev. paul. pediatria.** v. 38, e2019016, 2020.

BARROS, MBA; FRANCISCO, PMSB; ZANCHETTA, LM; CÉSAR, CLG. Tendências das desigualdades sociais e demográficas na prevalência de doenças crônicas no Brasil, PNAD: 2003 – 2008. **Ciênc. Saúde Coletiva.** v. 16, n. 9, p. 3755-3768, 2011.

BECK, CC et al. Fatores de risco cardiovascular em adolescentes de município do sul do Brasil: prevalência e associações com variáveis sociodemográficas. **Rev Bras Epidemiologia**. v. 14, n. 1, p. 36-49, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde: Guia Alimentar para População Brasileira promovendo alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional – CAISAN. Caderno SISAN: volatilidade dos preços internacionais e inflação de alimentos no Brasil: fatores determinantes e repercussões. Brasília:SE/CAISAN, 01/2013.

BRASIL. Obesidade é a porta de entrada de outras doenças. Disponível em: <<https://saudebrasil.saude.gov.br/ter-peso-saudavel/obesidade-e-porta-de-entrada-para-outras-doencas>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

BRASIL. Secretaria de vigilância em saúde: departamento de análise de saúde e vigilância de doenças não transmissíveis. Disponível em: <<http://svs.aids.gov.br/dantps/centrais-de-conteudos/paineis-de-monitoramento/mortalidade/dcnt/>>. Acesso em 30 de outubro de 2020.

BRÊTAS, JRS et al. Os rituais de passagem segundo adolescentes. **Acta Paulista de Enfermagem**. v. 21, n.3, p. 404-411, 2008.

CASTRO, IRR et al. Vigilância de fatores de risco para doenças não transmissíveis entre adolescentes: a experiência da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**. v. 24, n. 10, p.2279-2288, 2008.

CLARO, RM et al. Consumo de alimentos não saudáveis relacionados a doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**. v. 24, n. 2, p. 257-265, 2015.

CLARO, RM et al. Preço dos alimentos no Brasil: prefira preparações culinárias a alimentos ultraprocessados. **Cad. Saúde Pública**. v. 32, n.8, e00104715, 2016.

DANTAS, RR et al. Indicadores do ambiente obesogênico e a influência dos estilos parentais no comportamento alimentar em escolares. **REFACS**. v. 8, n. 2, p.685-693, 2020.

ENES, CC; SLATER, B. Obesidade na adolescência e seus principais determinantes. **Rev. bras. epidemiol.** v. 13, n. 1, p. 163-171, 2010.

HENRICHES, RTN; OLIVEIRA, JMP. A influência da mídia na construção dos hábitos alimentares dos alunos do ensino fundamental. **Cadernos PDE.** v. 1

IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

IBGE. Ultraprocessados ganham espaço e somam 18,4% das calorias adquiridas em casa. Disponível em: <<https://censo2020.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/27300-ultraprocessados-ganham-espaco-e-somam-18-4-das-calorias-adquiridas-em-casa.html>>. Acesso em 25 de setembro de 2020.

KHANDPUR, N et al. Fatores sociodemográficos associados ao consumo de alimentos ultraprocessados na Colômbia. **Revista de Saúde Pública.** v. 54, p. 19, 2020.

LELIS, CT; TEIXEIRA, KMD; SILVA, NM. A inserção feminina no mercado de trabalho e suas implicações para os hábitos alimentares da mulher e de sua família. **Saúde em Debate.** v. 36, n. 95, p. 523-532, 2012.

LEMOS, MCM; DALLACOSTA, MC. Hábitos alimentares de adolescentes: conceitos e práticas. **Arq. Ciênc, Saúde Unipar; Umuarama,** 9 (1), jan./abr.p.3-9, 2005.

LEVY, RB et al. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. **Ciênc. saúde coletiva.** v. 15, n. 2, p. 3085-3097, 2010.

LEVY, RB et al. Distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil em 2008-2009. **Rev. Saúde Pública.** v. 46, n. 1, p. 06-15, 2012.

LIPSKY, LM et al. Diet quality of US adolescents during the transition to adulthood: changes and predictors. **The American Journal of Clinical Nutrition.** v. 105, n. 6, p. 1424–1432, 2017.

LUCCHINI, B.G.; ENES, C.C. Influência do Comportamento Sedentário Sobre o Padrão Alimentar de Adolescentes. XIX Encontro de Iniciação Científica -Anais do IV

Encontro de Iniciação em Desenvolvimento Tecnológico e Inovação, PUC Campinas, 2014.

MARTINS, BG et al. Fazer refeições com os pais está associado à maior qualidade da alimentação de adolescentes brasileiros. **Cadernos de Saúde Pública**. v. 35, n. 7, e00153918, 2019.

MILANI, MO; Garlet, L; Romero, GG; Mattos, KM. Influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças: uma revisão da literatura. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**. v. 5, n. 3, p. 153-157, 2015.

MONTEIRO, CA. Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients, so much as processing. **Cambridge University Press**. v. 12, n. 5, p. 729-731, 2009.

MORAES, DM et al. Exposição a mídia e hábitos alimentares de adolescentes em uma escola privada de São Luís-MA. **Revista de Investigação Biomédica**. v. 10, n. 2, p. 165-171, 2018.

OLIVEIRA, JS et al. ERICA: use of screens and consumption of meals and snacks by Brazilian adolescents. **Revista de Saúde Pública**. v. 50, n. 1, 2016.

OPAS/OMS BRASIL. Doenças transmissíveis e não transmissíveis. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=569:conceito-doencas-cronicas-nao-transmisiveis&Itemid=463>. Acesso em 30 de setembro de 2020.

PEREIRA, CM; SILVA, AL; SA, MI. Factors influencing eating behaviors: the adolescents food choices questionnaire. **Psic., Saúde & Doenças**. v. 16, n. 3, p. 421-438, 2015.

PINTO, SL et al. Prevalência de pré-hipertensão e de hipertensão arterial e avaliação de fatores associados em crianças e adolescentes de escolas públicas de Salvador, Bahia, Brasil. **Cad. Saúde Pública**. v. 27, n. 6, p. 1065-1076, 2011.

RINALDI, AEM et al. Prevalência de pressão arterial elevada em crianças e adolescentes do ensino fundamental. **Rev. paul. pediatria**. v. 30, n. 1, p. 79-86, 2012.

ROSSI, CE et al. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciênc. Saúde coletiva**. v. 24, n. 2, p.443-454, 2019.

ROTHER, ET. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta paul. enferm.** v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

SANTOS, LAS et al. Estado nutricional e consumo alimentar de mulheres jovens na fase lútea e folicular do ciclo menstrual. **Rev. Nutr.** v. 24, n. 2, p. 323-331, 2011.

SILVA, GAP; BALABAN, G; MOTTA, MEFA. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. **Rev. Bras. Saude Mater. Infantil.** v. 5, n. 1, p. 53-59, 2005.

SIMOES, BS et al. Consumption of ultra-processed foods and socioeconomic position: a cross-sectional analysis of the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health. **Cad. Saúde Pública**. v. 34, n. 3, e00019717, 2018 .

SINGH, UK et al. Intervenção educacional de mudança de intenção para o consumo de comida lixo entre adolescentes da escola na cidade metropolitana de Birgunj, no Nepal, com base na teoria de comportamentos planejados. **Jornal de nutrição e metabolismo**. v. 2020 7932324, 2020.

SOUZA, AM et al. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. **Rev. Saúde Pública**. v. , n. , p. , 2013.

TEIXEIRA, AS; Philippi, ST; Leal, GVS; Araki, EL; Estima, CCP; Guerreiro, RER. Substituição de refeições por lanches em adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**. v. 30, n. 3, p. 330-337, 2012.

TERRES, NG et al. Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e obesidade em adolescentes. **Rev. Saúde Pública**. v. 40, n. 4, p. 627-633, 2006.

WHO. **Adolescent mental health. Available.** Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em 26 de Fevereiro de 2020.

ZALEWSKA M, MACIORKOWSKA E. Hábitos nutricionais selecionados de adolescentes associados ao sobrepeso e obesidade. PeerJ 5: e3681 <https://doi.org/10.7717/peerj.3681>, 2017.

ZANINI, RV et al. Consumo diário de refrigerantes, doces e frituras em adolescentes do Nordeste brasileiro. **Ciênc. saúde coletiva**. v. 18, n. 12, p. 3739-3750, 2013.