



Eixo temático: Alimentação e Saúde Pública

## **INFLUÊNCIA DOS ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS DA POPULAÇÃO BRASILEIRA**

**Maria Luiza Queiroz Rocha Oliveira<sup>1</sup> e Elieide Soares Oliveira<sup>2</sup>**

### **INTRODUÇÃO**

O consumo de alimentos ultraprocessados tem aumentado globalmente e representa um desafio à saúde pública, sobretudo em países em desenvolvimento. Esses produtos, elaborados com ingredientes industriais e aditivos, estão associados a padrões alimentares inadequados e ao aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs). No Brasil, o consumo crescente é influenciado por fatores sociodemográficos, como idade, escolaridade, renda e urbanização. Compreender essa relação é fundamental para subsidiar políticas públicas e incentivar escolhas alimentares mais saudáveis.

### **OBJETIVO**

Analisar a relação entre fatores sociodemográficos e o consumo de alimentos ultraprocessados na população brasileira.

### **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa realizada nas bases Google Acadêmico, SciELO, PubMed e Science Direct, considerando artigos publicados entre 2015 e 2023. Foram utilizados descritores como: consumo de ultraprocessados, saúde pública, Guia Alimentar para a População Brasileira e estratégias de redução do consumo.

<sup>1</sup> Graduanda de Nutrição pelo Centro Universitário do Rio São Francisco - UNIRIOS, e-mail: luizaqro@gmail.com

<sup>2</sup> Docente do curso de Nutrição do Centro Universitário do Rio São Francisco - UNIRIOS, e-mail: elieide.oliveira@unirios.edu.br



## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os estudos analisados evidenciam associação significativa entre fatores sociodemográficos e o consumo de ultraprocessados. Indivíduos de maior poder aquisitivo apresentam maior acesso a esses produtos, porém observa-se também o crescimento do consumo entre grupos de menor renda, o que aumenta desigualdades alimentares e impacta negativamente a saúde. A urbanização intensifica o acesso e a publicidade de ultraprocessados, enquanto regiões periféricas enfrentam limitações no acesso a alimentos in natura, resultando em dietas de baixa qualidade nutricional.

Esse quadro reflete a transição nutricional das últimas décadas, marcada pela substituição de alimentos tradicionais por produtos industrializados, influenciada pela globalização, pelo estilo de vida moderno e pelas estratégias de marketing voltadas principalmente a populações mais jovens e vulneráveis. Apesar da conveniência e acessibilidade, o consumo excessivo desses alimentos traz riscos à saúde, reforçando a necessidade de medidas eficazes para reduzir seus efeitos. Entre ações mais recomendadas, destacam-se: rotulagem nutricional clara e objetiva, incentivo à agricultura familiar, regulamentação da publicidade infantil e ampliação de programas de educação alimentar e nutricional. Essas estratégias são fundamentais para reduzir o consumo de ultraprocessados e promover escolhas alimentares mais saudáveis, contribuindo para a diminuição de doenças crônicas associadas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o consumo de ultraprocessados está fortemente relacionado a fatores sociodemográficos e deve ser amplamente debatido para fundamentar políticas públicas em saúde. A conscientização da população, aliada a medidas de regulação governamentais e ao incentivo a práticas alimentares mais saudáveis, contribui para reduzir os impactos negativos desse padrão alimentar e melhorar a qualidade de vida da população brasileira.



## PALAVRAS-CHAVE

Alimentos ultraprocessados. Saúde pública. Fatores sociodemográficos. Políticas públicas.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: MS, 2014.
- CANELLA, D. S. et al. **Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households** (2008–2009). PLoS One, v. 9, n. 3, p. e92752, 2014.
- LOUZADA, M. L. C. et al. Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. **Preventive Medicine**, v. 81, p. 9-15, 2015.
- MONTEIRO, C. A. et al. Ultra-processed foods: what they are and how to identify them. **Public Health Nutrition**, v. 22, n. 5, p. 936-941, 2019.