

MUDANÇAS NO PADRÃO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO BRASILEIRA E AS IMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE

ODS (3)

Breno Marinho Ferreira(Universidade de Taubaté) Aline Liz de Faria (Universidade de Taubaté), Ariane Nunes Novais Calisto (Universidade de Taubaté), Jaqueline Girnos Sonati (Universidade de Taubaté), Maria Claudia Diniz Figueiredo (Universidade de Taubaté)

A transição nutricional no Brasil tem provocado mudanças significativas e profundas nos hábitos alimentares da população, resultando em um aumento notável e preocupante no consumo de alimentos ultraprocessados. Essa mudança ocorre em detrimento de uma dieta tradicional, historicamente baseada em alimentos *in natura* ou minimamente processados, que é reconhecida por seus benefícios à saúde. Este estudo tem como objetivo aprofundar a análise do impacto dessas transformações no perfil de saúde dos brasileiros, estabelecendo uma correlação direta entre o novo padrão alimentar e o alarmante aumento da prevalência de doenças e agravos não transmissíveis (DANT), que incluem condições como obesidade, diabetes mellitus tipo 2 e hipertensão arterial sistêmica. Para fundamentar essa análise, foram utilizados dados robustos provenientes de inquéritos nacionais de grande escala, como a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) e o sistema de vigilância VIGITEL, que demonstram uma tendência crescente no sobrepeso e na obesidade. Essa tendência é observada de forma transversal em todas as faixas etárias e em diversos níveis socioeconômicos, indicando um problema de saúde pública de abrangência nacional. O relatório VIGITEL Brasil 2006-2023, por exemplo, serve como um indicador crítico, revelando que a frequência de adultos com excesso de peso (definido por um Índice de Massa Corporal – IMC ≥ 25 kg/m²) experimentou um aumento substancial, passando de 42,6% em 2006 para 61,4% em 2023. De maneira ainda mais grave, a obesidade (IMC ≥ 30 kg/m²) também apresentou um crescimento alarmante e acelerado, mais que dobrando no mesmo período, de 11,8% para 23,4%. Este cenário epidemiológico reforça, de forma inequívoca, a urgência e a necessidade premente de implementação de políticas públicas eficazes e de intervenções nutricionais abrangentes. Tais ações devem ser desenhadas para promover ativamente a alimentação saudável, incentivar a valorização da rica cultura alimentar brasileira e, consequentemente, mitigar os agravos à saúde que decorrem desse padrão alimentar inadequado.

Palavras-chave: Transição Nutricional; Alimentos Ultraprocessados; ; ; Obesidade.