

**Consumo de frutas, legumes e verduras entre participantes de uma Rede Alimentar
Alternativa em uma capital do Brasil**

***Consumption of fruits and vegetables among participants in an Alternative Food Network
in a Brazilian capital city***

Yasmin El Kadri Monteiro ¹

Greyce Luci Bernardo ¹

Panmela Soares ²

Suellen Secchi Martinelli ¹

¹ Programa de Pós-Graduação em Nutrição. Universidade Federal de Santa Catarina.
Florianópolis, SC, Brasil.

² Departamento de Enfermería Comunitaria, Medicina Preventiva y Salud Pública.
Universidad de Alicante, Espanha.

GT10 - Abastecimento, segurança alimentar e nutricional e dinâmicas de consumo

Resumo: As Redes Alimentares Alternativas (RAA) contrapõem-se ao modelo hegemônico, promovendo qualidade nutricional e sustentabilidade. Este estudo transversal analisou o consumo de frutas, legumes e verduras (FLV) entre participantes de uma RAA em Florianópolis, SC. A amostra não-probabilística (n=144) respondeu ao questionário sobre dados sociodemográficos, práticas culinárias e consumo de FLV, analisados pelo teste Qui-quadrado de Pearson ($p < 0,05$). O perfil predominante foi do sexo feminino (81%), média de 48 anos, escolaridade alta (63% pós-graduados) e renda de até 3 salários mínimos (57%). Embora 93% afirmaram saber cozinhar, 40% relataram dificuldades no uso dos alimentos da RAA. A ausência dessas dificuldades foi associada com o consumo recomendado de FLV (>5 porções/dia) ($p = 0,027$). Conclui-se que, para otimizar o consumo de orgânicos, a participação em RAA deve ser acompanhada por estratégias de educação alimentar e nutricional que facilitem o aproveitamento dos alimentos.

Palavras-chave: circuitos curtos de comercialização, comunidade que sustenta a agricultura, alimentos orgânicos, ingestão alimentar, dieta sustentável.

Abstract: Alternative Food Networks (AFN) oppose the hegemonic model, promoting nutritional quality and sustainability. This cross-sectional study analyzed the consumption of fruits and vegetables (FV) among participants of an AFN in Florianópolis, SC. The non-probabilistic sample (n=144) answered a questionnaire about sociodemographic data, culinary practices, and FV consumption, analyzed using Pearson's Chi-square test ($p < 0.05$). The predominant profile was female (81%), with an average age of 48 years, high education (63% postgraduate), and income of up to 3 minimum wages (57%). Although 93% stated they knew how to cook, 40% reported difficulties in using the foods from the AFN. The absence of these difficulties was associated with the recommended FV consumption (>5 servings/day) ($p = 0.027$). It is concluded that, in order to optimize the consumption of organic products, participation in AFN should be accompanied by food and nutrition education strategies to facilitate the utilization of food.

Keywords: short food supply chain, community supported agriculture, organic food, food intake, sustainable diet.

1. Introdução

O sistema alimentar predominante, caracterizado por cadeias longas de distribuição e uso intensivo de insumos químicos e agrotóxicos, tem aprofundado a degradação ambiental e a perda da biodiversidade, além de impulsionar o consumo de alimentos ultraprocessados, comercializados em grandes redes de supermercados, associado à ascensão das doenças

crônicas não transmissíveis (DCNT) e da má-alimentação global (Rockström et al., 2025). Em contraposição a esse modelo insustentável, as Redes Alimentares Alternativas (RAA), que priorizam circuitos curtos de comercialização, emergem como estratégias para a promoção de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis (Goodman et al., 2012). Ao priorizarem a agricultura familiar, produção orgânica e proximidade entre produtores e consumidores, atuam na mitigação dos impactos ambientais e no fortalecimento da justiça social no campo e na cidade (Chiffolleau; Dourian, 2020). No Brasil, destacam-se as Células de Consumidores Responsáveis (CCR) como modelo de comercialização direta de alimentos orgânicos entregues semanalmente, valorizando atributos culturais e ambientais da alimentação (Miranda et al., 2021). Tendo em vista a importância das RAA, bem como a escassez de estudos no Brasil sobre o consumo alimentar nessas redes, esse estudo teve como objetivo analisar o consumo de FLV entre participantes de uma RAA em Florianópolis, SC.

2. Revisão da Literatura

O consumo insuficiente de FLV permanece como um dos principais fatores de risco para DCNT, com baixa adesão às recomendações internacionais de ingestão de cerca de 400 gramas (em média 5 porções por dia) (Brauer et al., 2024) e disparidades socioeconômicas no cenário brasileiro (Brasil, 2023). Nesse contexto, as RAA configuram-se como importantes mediadoras de mudanças positivas no comportamento alimentar, associando-se ao aumento da ingestão e diversidade de FLV, à redução do consumo de alimentos industrializados e da frequência de refeições fora do domicílio, bem como ao maior planejamento alimentar e conhecimento culinário (Enthoven; Broeck, 2021; Garrity et al., 2024).

3. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, com amostra não probabilística e intencional. Todos os consumidores que participavam das CCR presentes em Florianópolis no momento da coleta de dados foram convidados a participar por meio de grupos virtuais de mensagens instantâneas (Whatsapp) preexistentes. Os critérios de inclusão foram: ser participante de alguma CCR presente em Florianópolis, SC; ser maior de 18 anos, aceitar e assinar o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (nº: 81894524.0.0000.0121). A coleta de dados foi por meio de um questionário online no GoogleForms, estruturado e autoaplicado, subdividido em: 1) Perfil sociodemográfico (sexo, idade, escolaridade, ocupação, renda e estrutura familiar); 2) Tempo de adesão à RAA; 3)

Práticas culinárias (habilidade, tempo disponível e responsabilidades pelo preparo), adaptado de Jomori et al. (2017); 4) Consumo de FLV (frequência e porções diárias de verduras, legumes, raízes e frutas), baseado em Bernardo et al. (2021). Os dados obtidos, disponíveis em planilha do Microsoft Excel® (2013), foram analisados com o Programa Stata 11.0. Para avaliar as diferenças entre as variáveis, utilizou-se o teste Qui-quadrado de Pearson ($p < 0,05$).

4. Resultados e Discussão

Ao final, 144 participantes completaram o questionário. A maioria dos participantes (81%) era do sexo feminino, assemelhando-se a outros estudos que caracterizaram este perfil de consumidores de RAA (Hanson et al., 2024). A idade média foi de $48,0 \pm 15,6$ anos (variando entre 24 e 83 anos). Grande parte relatou estar casado ou em união estável (58%), ter pós-graduação completa (63%), ser empregado ou autônomo (36%), receber uma renda mensal de até 3 salários mínimos (57%) e morar com familiares (81%). Aproximadamente 93% dos consumidores relataram saber cozinhar. A maioria (55%) referiu ter menos de duas horas diárias disponíveis para cozinhar e 88% faziam a sua principal refeição em casa.

A única associação significativa ($p = 0,027$) ocorreu entre o consumo adequado de FLV (> 5 porções/dia) e a ausência de dificuldades no manejo dos alimentos da cesta. Infere-se que a familiaridade com a dinâmica de aquisição e preparo de FLV favorece a eficiência no uso dos alimentos da rede, convergindo com Hagmann et al. (2020) que correlacionam o desenvolvimento de habilidades culinárias à melhor qualidade da dieta e à predominância feminina na amostra. A ausência de associações com as demais variáveis sugere que a ingestão de FLV em RAA pode ser mediada por fatores multidimensionais, como IMC eutrófico, maior abertura a novas experiências, conhecimento nutricional, maior percepção de felicidade e menos estresse, importância dada à alimentação saudável (Rodrigues et al., 2019), sinalizando a necessidade de estudos longitudinais que incluam mais variáveis para compreender o impacto da participação em RAA no comportamento alimentar.

Em relação às limitações, a coleta de dados por meio de um questionário online e autoaplicado pode introduzir vieses de memória e seleção. Ademais, pelas dinâmicas locais específicas da RAA, os achados não são passíveis de generalização irrestrita.

5. Considerações finais

Os dados apontam que embora o perfil dos consumidores seja de alta escolaridade e habilidade culinária, quase metade da amostra enfrenta obstáculos práticos, principalmente no que se refere ao aproveitamento integral dos alimentos das cestas. A relação entre a ausência

de dificuldades e o consumo adequado de FLV evidencia que para que as RAA consigam promover um consumo alimentar saudável e sustentável, as estratégias de intervenção devem focar em todo o sistema alimentar, incluindo educação alimentar e nutricional, buscando mitigar as dificuldades no manejo dos alimentos das cestas.

Referências

BERNARDO, G.L. et al. Association of personal characteristics and cooking skills with vegetable consumption frequency among university students. *Appetite*, [S.L.], v. 166, p. 105432, nov. 2021. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2021.105432>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Vigitel Brasil 2023: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2023. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

BRAUER, M. et al. Global burden and strength of evidence for 88 risk factors in 204 countries and 811 subnational locations, 1990–2021: a systematic analysis for the global burden of disease study 2021. *The Lancet*, [S.L.], v. 403, n. 10440, p. 2162-2203, maio 2024. Elsevier BV. [dx.doi.org/10.1016/s0140-6736\(24\)00933-4](http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736(24)00933-4).

CHIFFOLEAU, Y.; DOURIAN, T. Sustainable Food Supply Chains: is shortening the answer? a literature review for a research and innovation agenda. *Sustainability*, [S.L.], v. 12, n. 23, p. 9831, 24 nov. 2020. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/su12239831>.

ENTHOVEN, L.; BROECK, G.V.D. Local food systems: reviewing two decades of research. *Agricultural Systems*, [S.L.], v. 193, p. 103226, out. 2021. Elsevier BV. dx.doi.org/10.1016/j.agsy.2021.103226.

GARRITY, K. et al. Local Food System Approaches to Address Food and Nutrition Security among Low-Income Populations: a systematic review. *Advances In Nutrition*, [S.L.], v. 15, n. 4, p. 100156, abr. 2024. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.advnut.2023.100156>.

GOODMAN, D. et al. *Alternative Food Networks: Knowledge, Practice, and Politics*. New York: Routledge, 308 p. 2012.

HAGMANN, D. et al. Acquisition of Cooking Skills and Associations With Healthy Eating in Swiss Adults. *Journal Of Nutrition Education And Behavior*, [S.L.], v. 52, n. 5, p. 483-491, maio 2020. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jneb.2019.12.016>.

HANSON, K. L. et al. Factors associated with participation in Community Supported Agriculture (CSA) among low-income households: a scoping review. *Nutrients*, v. 16, n. 15, p. 2450, 2024. dx.doi.org/10.3390/nu16152450

JOMORI, M.M. et al. Construct validity of Brazilian cooking skills and healthy eating questionnaire by the known-groups method. *British Food Journal*, [S.L.], v. 119, n. 5, p. 1003-1016, 2 maio 2017. Emerald. <http://dx.doi.org/10.1108/bfj-10-2016-0448>.

MIRANDA, D. L. R. et al. Construção social de mercados orgânicos: o caso das células de consumidores responsáveis em Florianópolis-SC. *Revista de Economia e Sociologia Rural*, [S.L.], v. 59, n. 2, p. 1-14, jan. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9479.2021.220071>.

ROCKSTRÖM, J. et al. The EAT–Lancet Commission on healthy, sustainable, and just food systems. *The Lancet*, [S.L.], v. 406, n. 10512, p. 1625-1700, out. 2025. Elsevier. [dx.doi.org/10.1016/s0140-6736\(25\)01201-2](http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736(25)01201-2).

RODRIGUES, V. M. et al. Vegetable Consumption and Factors Associated with Increased Intake among College Students: a scoping review of the last 10 years. *Nutrients*, [S.L.], v. 11, n. 7, p. 1634, 17 jul. 2019. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/nu11071634>.