CONSUMO DE CEREAIS E DERIVADOS INTEGRAIS NO AGRESTE DE PERNAMBUCO: UM ESTUDO DE CASO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Krause G. S. ALBUQUERQUE[1]*; Layra C. A. XAVIER[1]; Josefa M. S. BARROS[1]; Juan C. S. NASCIMENTO[1]; Victor M. S. SILVA[1]; Andreza M. S. OLIVEIRA[1]; Cláudio C. SANTOS[2]; Maciel A. TAVARES[3];

[1] Graduando em Eng. de Alimentos, Universidade Federal do Agreste de Pernambuco - UFAPE;
[2] Graduando em Educação Física, Faculdade Pitágoras;
[3] Eng. Agrônomo, IFPE – Campus Vitória de Santo Antão;
*E-mail para correspondência: albuquerque.k.g.s@gmail.com

RESUMO: Atualmente as pessoas estão mudando seus hábitos alimentares devido a maior preocupação com sua saúde, procurando assim consumir alimentos mais saudáveis e nutritivos, entretanto devido a atual situação do país com a pandemia do Covid-19, há a possibilidade dos hábitos alimentares terem sofrido alguma alteração. Logo, o objetivo do presente trabalho é realizar uma pesquisa sobre o consumo de cereais e derivados integrais no Agreste Pernambucano durante a pandemia do Coronavírus para identificar possíveis mudanças. A pesquisa foi realizada através de formulários online que contou com 150 voluntários residentes em diferentes cidades do agreste pernambucano. Foi possível perceber o baixo consumo do grupo de alimentos estudado, situação que limita as fontes de fibras destes consumidores e podem vim a resultar em ricos a saúde.

Palavras-chave: Perfil de consumo, Alimentos integrais, Fonte de fibras, Hábitos alimentares.

INTRODUÇÃO

Segundo Jimenez-Colmenero e colaboradores (2001), atualmente as pessoas estão mudando seus hábitos alimentares devido a maior preocupação com sua saúde, procurando assim consumir alimentos mais saudáveis e nutritivos. Devido essa mudança a demanda e oferta por produtos mais saudáveis, nutritivos, com menor teor calórico e quantidade gorduras e açúcares aumentou e tende a continuar aumentando. Para Saútil (2014) são chamados de alimentos integrais aqueles que não foram submetidos a nenhum processo de refinamento. Alguns exemplos desses produtos são o trigo, arroz, macarrão, aveia, trigo, cevada, centeio, milho, biscoitos, bolachas, pães e bolos. Eles mantêm completamente todos os seus nutrientes, como vitaminas e minerais, e também apresentam composição rica em fibras que seriam perdidos durante o processamento tradicional.

Segundo o Instituto de Defesa do Consumidor (IDEC) (2017) as fibras auxiliam em uma absorção de nutriente mais lenta pelo organismo, o que causa aumento na sensação de saciedade, diminuindo a fome. Segundo Gastaldon et al. (2017) os alimentos integrais apresentam um valor superior quando comparados com os alimentos não-integrais, necessitando um investimento maior por parte dos seus consumidores.

Devido a atual situação do país com a pandemia do Covid-19, há a possibilidade dos hábitos alimentares terem sofrido alguma alteração e consequentemente o consumo de cereais e alimentos integrais também tenham sido afetados. Logo, o objetivo do presente trabalho é realizar uma pesquisa sobre o consumo de cereais e derivados integrais no Agreste Pernambucano durante a pandemia do Coronavírus.

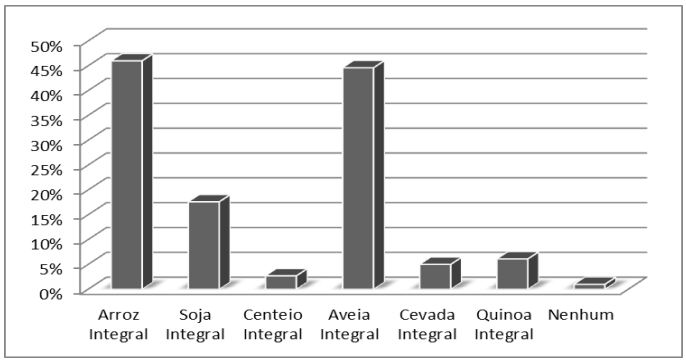
MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo foi realizando no período de Julho a Agosto de 2020. A pesquisa utilizou como instrumento de coleta de dados um formulário online contendo termo de consentimento e 10 questões de múltiplas escolhas, participaram voluntariamente 150 pessoas de ambos os sexos e sem restrição de idade, sendo todas residentes no Agreste do estado de Pernambuco. Posteriormente a coleta dos dados os mesmos foram tabulados com auxílios de planilha da Microsoft Excel 2010.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

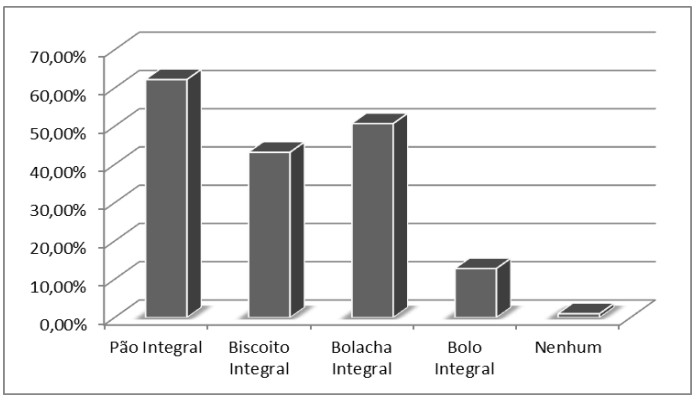
O estudo contou com 50,7% dos participantes do sexo masculino e 49,3% do sexo feminino, contando majoritariamente com indivíduos de 19 a 29 anos. Conforme o Gráfico 1, observa-se as informações acerca dos principais cereais integrais consumidos no Agreste. O cereal integral mais consumido de acordo com a pesquisa é o arroz com 46,6%, ficando atrás a aveia com 44,6% e a soja com 17,6 %, centeio e cevada são o menos consumido.

Gráfico 1 - Principais cereais integrais consumidos no Agreste de Pernambuco



Segundo a Anvisa 2018, é proposto para ser consideredado integral, o produto deve ter pelo menos 30% de ingredientes integrais. Atualmente foi aprovado uma proposta de projeto de Lei 597/19 da deputada Flávia Arruda, onde altera o Decreto-Lei n° 986, de 21 de outubro de 1969, que "institui normas básicas sobre alimentos", a proposta define quais produtos podem ser vendidos como alimentos integrais, que pelo menos 50% de cereais ou farinha integrais na fabricação. O objetivo é alertar acertadamente a população, em especial os dependentes desses alimentos seja por saúde ou qualidade de vida. Os alimentos derivados de cereais integrais mais consumidos pela população do agreste, podem ser visto no Gráfico 2.

Gráfico 2 - Principais alimentos derivados de cereais integrais consumidos no Agreste Pernambuco.



Verifica-se que os derivados integrais mais consumidos são os pães e bolachas com 62,2% e 50,7% respectivamente, biscoito com 43,2% e bolo com 12,8%. Tendo em vista que 44,4% da população têm interesse de consumo para melhorar a qualidade de vida, mesmo que 41,9% dos entrevistados têm como rara a frequência do consumo. Quando questionados sobre a modificação

dos hábitos alimentares em detrimento da pandemia 34,5% informou não acreditar que houve mudanças, enquanto 43,2% dos entrevistados informou que houve mudanças negativas na alimentação e em contra partida 22,3% informou terem percebido mudanças positivas em sua alimentação durante a pandemia. Sobre a variação de preços de cereais e derivados integrais durante o período de pandemia 50,7% percebeu mudanças e 39,2% não soube dizer se ocorreu variação.

CONCLUSÃO

A partir do apresentado foi possível perceber o baixo consumo do grupo de alimentos estudados, situação que limita as fontes de fibras destes consumidores e podem vir a resultar em ricos a saúde. Assim, ressalta-se a necessidade a criação de estratégias para aumentar o consumo, onde se sugere o desenvolvimento de novos produtos com a finalidade de diversificar e baratear, dando assim mais acessibilidade ao consumidor.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei n° 986, de 21 de outubro de 1969. Institui Normas Básicas sobre Alimentação. Brasília, DF, 06 jan. 2020.

CÂMARA DOS DEPUTADOS. Defesa do Consumidor aprova definição de alimento integral. Disponível em:https://www.camara.leg.br/noticias/571245-defesa-do-consumidor-aprova-definição-de-alimentos-integral. Acesso em: 05/09/2020.

IDEC. Quanto mais integral melhor. Revista do IDEC, jan/fev, 2017. Disponível em: <https://www.idec.org.br/uploads/revistas_materias/pdfs/26_integrais.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2020.

GASTALDON, L. T.; NOVELLO, D.; JUSTINO, P. F.; FREITAS, A. R.; FRANCESCHINI, P. Análise sensorial de empadas integrais em crianças na fase escolar. **Alimentação e Nutrição**, Araraquara, v.18, n.3, p. 303-307, jul./set. 2007.

JIMENEZ-COLMENERO, F.; CARBALLO, J.; COFRADES, S. Healthier meat and meat products: their role as functional foods. **Meat Science**, Barking, v.59, p. 5-13, 2001.

SAÚTIL. Alimentos Integrais. Disponível em: <http://www.sautil.com.br/nutricao-e-dietas/alimentacao-saudavel/conteudo/alimentos-integrais>. Acessado em: 20 de ago. de 2020.