

RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E GANHO DE PESO**Vitória Pires Araújo^{1*}, Ingrid Isabella Santos², Daniele Ferreira da Silva³**¹ Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri***E-mail:** vitória.pires@ufvjm.edu.br

A obesidade é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, sendo diagnosticada com índice de massa corporal (IMC) igual ou superior a 30 kg/m². Em 2022, mais de 1 bilhão de pessoas no mundo sofriam de obesidade. No Brasil, a prevalência entre adultos foi de 22,4% em 2021. A partir de 1974, o país passou por uma transição nutricional, que contribuiu para o aumento da obesidade e doenças crônicas devido a adoção de hábitos alimentares pouco saudáveis e maior consumo de ultraprocessados. Estudos indicam que o custo da obesidade no Brasil em 2018 foi de R\$ 1,39 bilhões, considerando gastos com medicamentos, internações e atendimentos ambulatoriais. Além disso, políticas públicas voltadas para a redução da obesidade nem sempre consideram a complexidade dos sistemas alimentares e a influência do marketing de alimentos ultraprocessados. Este trabalho busca avaliar a relação entre o consumo de ultraprocessados e o sobrepeso/obesidade em adultos, de acordo com o IMC. Os dados analisados foram coletados durante o projeto "Um novo jeito de olhar: vamos falar sobre obesidade". O projeto atendeu 15 servidores públicos de Diamantina diagnosticados com sobrepeso ou obesidade, de acordo com o IMC. Os pacientes foram atendidos na "Clínica Escola de Nutrição - UFMG". O atendimento incluiu uma anamnese, recordatório 24 horas (R24H), questionário de frequência de consumo alimentar (QFCA) e antropometria. A análise dos dados foi feita por meio da correlação de Spearman, relacionando o IMC com o consumo de alimentos ultraprocessados, para avaliar a relação entre essas variáveis. A análise estatística do consumo de ultraprocessados pelo QFCA revelou que, no estudo, não houve correlação entre o IMC e o consumo de embutidos, enquanto a correlação foi positiva, mas fraca, para salgados e bebidas e moderada para doces/sobremesas. Houve também uma correlação negativa, mas fraca, para pães e biscoitos. Ao avaliar o consumo diário de ultraprocessados pelo R24H, a correlação com o IMC foi fraca e não significativa. Esses resultados contrastam com estudos que encontraram associações significativas entre o consumo de ultraprocessados e o aumento do IMC. A análise do consumo de doces e sobremesas sugeriu uma possível ligação com compulsão alimentar, que pode contribuir para a obesidade. Os resultados não mostraram uma relação consistente entre o consumo de ultraprocessados e a obesidade, mas reforçam a importância de promover uma alimentação saudável e reduzir o consumo de ultraprocessados. O estudo possui limitações devido ao pequeno número de pacientes avaliados.

Agradecimentos: UFMG.