

II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

PANORAMA SOBRE O CONSUMO DE FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES NO BRASIL: UMA ANÁLISE À PARTIR DE 2002

CARARO, Sarita Aparecida¹; FAGUNDES, Julie²; PIVATTO, Patricia³; KLEIN, Larissa⁴; PEREIRA, Mariana⁵; TOMASI, Yaná Tamara⁶

¹ Discente de Nutrição. Uceff Faculdades.

² Discente de Nutrição. Uceff Faculdades.

³ Discente de Nutrição. Uceff Faculdades.

⁴ Discente de Nutrição. Uceff Faculdades.

⁵ Discente de Nutrição. Uceff Faculdades.

⁶ Docente do Curso de Nutrição da Uceff Faculdades.

E-mail para correspondência: sari.cararo@gmail.com

Introdução: As frutas, legumes e verduras (FLV) são fontes de macronutrientes, vitaminas, minerais e fibras, e seu consumo é importante para uma nutrição adequada e uma rotina alimentar saudável. O Guia Alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014) promove o consumo desses alimentos em diversas refeições e em diferentes preparações. Ações que destaquem o consumo de FLV no conjunto das recomendações para uma alimentação adequada e saudável vêm ganhando espaço na agenda das políticas públicas e, hoje, sua promoção está prevista em ações, iniciativas, programas e publicações em múltiplos setores (BRASIL, 2022, p. 13). A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAM) aprovada em 1999, é uma das referências no que tange a ações de promoção da alimentação saudável, tendo como propósito a melhoria nas condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis, a vigilância alimentar e nutricional, a prevenção e o cuidado integral dos agravos relacionados à alimentação e nutrição (BRASIL, 2022). Sabe-se que o consumo destes alimentos é influenciado por diferentes fatores, dentre eles a cultura alimentar, o acesso aos produtores, o custo, a logística, a disponibilidade, entre outros, e o recente aumento nos custos desses alimentos, devido à inflação e ao clima principalmente, além do retorno das pessoas às rotinas de trabalho/estudos fora de casa, tende a causar estagnação ou mesmo a redução do consumo. Dessa forma, ações de prevenção e conscientização, apoiadas por políticas públicas que garantam o acesso a esses alimentos tornam-se cada vez mais importantes no contexto social e nutricional da população. **Objetivo:** analisar o consumo de FLV pela população brasileira dentre os anos de 2002 a 2022. **Metodologia:** trata-se de uma pesquisa documental realizada com dados públicos. Para tal, utilizaram-se informações da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF/IBGE) dos anos de 2002-2003 e 2008-2009, disponibilizados pelo Tabnet/DataSUS. Foram avaliados os indicadores de fatores de risco e de proteção e proporção diária per capita das calorias de frutas, verduras e legumes no total de calorias da dieta. Para uma análise mais recente, também foram utilizados dados dos anos 2016-2017 divulgados pelo Laboratório de Inovação - Incentivo à produção, à disponibilidade, ao acesso e ao consumo de frutas, legumes e verduras (LIS/FLV) (BRASIL, 2022). **Resultados e Discussão:** nos períodos avaliados nos dados do Tabnet/DataSUS, verificou-se um aumento no consumo de FLV nas calorias da dieta primária de 2003 para 2009, com destaque para o crescimento nas regiões Nordeste (de 1,9 para 2,6%) e Centro-Oeste (de 1,9 para 2,8%), representando aumento de 73% e 68% respectivamente, enquanto a região Sul apresenta consumo superior às demais (2,7 e 3,2% em cada período

observado). A OMS define como adequada a ingestão mínima diária per capita de 400g de FLV, ou de 9% a 12% do total calórico para uma dieta de 2.000 kcal/pessoa/dia (WHO, 2003). Levy-Costa *et al.* (2005) apresentam em seu trabalho uma comparação de dados de período de estudo utilizando como base dados da POF/IBGE de 2002-2003. Analisando o consumo de FLV em relação ao preconizado pela OMS, o mesmo teve um incremento em relação às três décadas anteriores, porém, ainda se mantém abaixo do valor ideal. Em outro artigo, Levy *et al.* (2012) avaliou a participação de FLV na adequação da composição de macronutrientes na realidade domiciliar brasileira no período de 2008-2009, onde a participação de frutas, verduras e legumes na disponibilidade total de alimentos foi quase duas vezes maior no meio urbano, embora ficando mais uma vez aquém das recomendações da OMS. Nesse estudo, FLV contribuíram com 2,8% das calorias, e refeições prontas e misturas industrializadas corresponderam a 4,6%, mostrando a disparidade do consumo de alimentos ultraprocessados em relação aos alimentos *in natura*. Conforme a pesquisa POF/IBGE 2008-2009, as despesas com hortaliças tiveram aumento percentual em 2008 em relação a 2002 nos gastos da classe mais pobre, enquanto a classe média e a rica mantiveram a participação. Quanto às frutas, os dados demonstram que, na classe média, houve aumento na participação dos gastos nos domicílios em 2008 em relação a 2002, enquanto a classe rica diminuiu sua participação, e a classe pobre a manteve. Dados da pesquisa Vigitel (BRASIL, 2020) revelam que o brasileiro maior de 18 anos consome uma média de 90 a 100 gramas, novamente abaixo do recomendado pela OMS. Em 2019, a Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas (ONU) decretou 2021 como o Ano Internacional das Frutas, Legumes e Verduras, convocando as nações-membros, atores da sociedade civil e corpo acadêmico a realizarem ações para fortalecer, conscientizar e engajar a população nessa agenda. Neste sentido, o Brasil, tem desenvolvido diversas ações e discussões sobre o tema, chegando a lançar o LIS-FLV em 2022 com o objetivo de identificar, selecionar e divulgar experiências inovadoras, desenvolvidas no Brasil, que valorizam e fortalecem os sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis e, dessa forma, incentivam e ampliam o consumo de frutas, legumes e verduras enquanto estratégias para a promoção da alimentação adequada e saudável e da saúde. Apesar dessas estratégias, a promoção e o consumo desse tipo de alimento em 2022 estão sendo prejudicados pelo aumento considerável nos preços, alavancados pela inflação. Um levantamento feito pela Fundação Getúlio Vargas (FGV) em feiras de todo o Brasil mostra que, nos últimos 12 meses, o preço das hortaliças e dos legumes subiu 31%, muito mais do que a inflação desse período, com destaque para a cenoura, com aumento de 121%. Além da inflação, o clima também contribuiu para o aumento dos preços, com temporadas de seca prolongada em 2021 e verão chuvoso em 2022 (FGV, 2022). **Conclusão:** a adoção de hábitos de alimentação saudáveis não é apenas uma escolha individual, é influenciada por fatores de natureza física, econômica, política, social e cultural. As ações no sentido de aumentar o consumo de frutas, legumes e verduras devem estar ligadas às políticas públicas de incentivo, além da redução tributária, visando facilitar o escoamento da produção, e subsidiando os produtores desses alimentos. Na sociedade em geral, é importante uma maior conscientização, a exemplo de campanhas com forte impacto visual, como aconteceu em relação ao tabagismo há alguns anos, desaconselhando o consumo de alimentos ultra processados em detrimento de alimentos *in natura* sempre que possível. Os gestores de saúde também poderiam promover um maior aconselhamento em ambientes clínicos, e intervenções no meio educacional e doméstico para adoção dessas práticas alimentares como promotoras de saúde. Essas ações são importantes para transformar sua realidade e garantir o direito de uma alimentação adequada e saudável a toda a população.

Descritores: Nutrição; Consumo de FLV; Políticas Públicas; Brasil.

Eixo temático: Pesquisa

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Vigitel Brasil 2019. **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 2019** [recurso eletrônico] 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed., 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Laboratório de Inovação - Incentivo à Produção, à Disponibilidade, ao Acesso e ao Consumo de Frutas, Legumes e Verduras**, 2021.

FGV. Fundação Getúlio Vargas. **Cenoura tem aumento recorde em 12 meses: hortifrutigranjeiros são os atuais vilões da inflação**. 28/03/2022. Disponível em <https://portal.fgv.br/noticias/cenoura-tem-aumento-recorde-12-meses-hortifrutigranjeiros-sao-atuais-viloes-inflacao> . Acesso em 26 abril de 2022.

IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009. **Avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil**. Disponível em <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv47310.pdf> Acesso em 26 abril de 2022.

LEVY-COSTA, R. B. *et al.* Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 4, n. 39, p. 530-540, abr. 2005.

LEVY-COSTA, R. B. *et al.* Distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil em 2008-2009. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 1, n. 46, p. 06-15, abr. 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases**. Geneva: WHO, 2003.