

CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS NOS LANCHES DE SERVIDORES DO HUPAA DA UFAL, MACEIÓ, ALAGOAS

CONSUMPTION OF ULTRA-PROCESSED FOODS IN UFAL'S HUPAA'S SERVERS SNACKS

Evelyn Isabele do Amor Divino Oliveira¹, Luísa de Magalhães Melo,¹ Nayara Gomes Graciliano¹, Arianne Albuquerque Santos Almeida¹, Dayane Eloisa Reginalda da Silva Maia¹, Jessika Oliveira de Araujo¹, Suzana Denigia de Souza Pinheiro¹, Isadora Bianco Cardoso², Raphaela Costa Ferreira², Laís Nanci Navarro², Rosielle Ferreira Batista², Sandra Mary Lima Vasconcelos^{1,2}.

¹Residência multiprofissional em saúde do adulto e do Idoso da Universidade Federal de Alagoas,

²Laboratório de Nutrição em Cardiologia da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Alagoas. Maceió, Alagoas, Brasil.

RESUMO

Estudos evidenciam o crescimento no consumo de produtos ultraprocessados produzindo um impacto negativo na qualidade das dietas. O objetivo deste estudo foi verificar as escolhas alimentares de funcionários de um hospital universitário com base nos lanches consumidos. Trata-se de uma enquete aplicada durante a organização de uma ação de promoção à saúde e dirigida com a pergunta: *O que temos para lanchar hoje?* Foram visitados 31 setores que referiram o consumo de 23 alimentos, predominantemente do tipo ultraprocessados. Verificou-se alto consumo desses alimentos e a necessidade de uma política institucional de orientação para a prática de uma alimentação saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Consumo alimentar. Alimentos industrializados. Hábitos alimentares. Saúde do trabalhador.

ABSTRACT

Studies evidenced the growth in the consumption of ultraprocessed products producing a negative impact on the quality of the diets. The objective of this study was to verify the food choices of servers based on the snacks consumed. This is a survey applied during the organization of a health promotion action and

addressed with the question: *What do we have to snack today?* We visited 31 sectors that reported the consumption of 23 foods, predominantly of the ultraprocessed type. The study evidenced the high consumption of these foods and the need to implement an institutional policy oriented towards the practice of healthy eating.

KEY WORDS: Food Consumption. Industrialized Foods. Food Habits. Occupational Health.

INTRODUÇÃO

De acordo com Monteiro et al. (2016), estudos evidenciam o grande crescimento na produção e consumo de produtos ultraprocessados que culminam com a redução no consumo de alimentos *in natura*, minimamente processados e de preparações culinárias, produzindo um impacto negativo na qualidade das dietas capaz de promover a ocorrência da obesidade e de outras enfermidades crônicas relacionadas à alimentação.

Análises de pesquisas de orçamentos familiares realizada em três países mostram que aqueles de renda média, como o Brasil, apresentam consumo aumentado de alimentos ultraprocessados que possuem maior densidade energética, maior teor de açúcar livre e de gorduras saturadas e *trans*, e menor teor de fibra e de potássio em comparação aos alimentos *in natura* ou minimamente processados, mesmo quando se considera a combinação desses alimentos com ingredientes culinários como sal, açúcar e gorduras (MONTEIRO et al., 2016).

A incorporação destes alimentos no cotidiano das pessoas é facilmente verificável, independente de classe social, idade e atividade profissional. Também tem sido uma prática cada vez mais adotada seja no ambiente doméstico, seja no ambiente das instituições e outros espaços que agregam grupos de pessoas. Nessa perspectiva se apresenta este relato de experiência que motivou uma pesquisa em andamento. Ainda, este estudo se estabeleceu como um desdobramento de ações de extensão do projeto “feijão com Arroz...” da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Alagoas (Fanut/Ufal), que prevê dentre as suas ações atividades de educação alimentar e nutricional para os servidores do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes – HUPAA, articuladas com o SIASS (Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor)/ PROGEP (pró-reitoria de gestão de pessoas e do trabalho) CQVT

(Coordenação de Qualidade de Vida no Trabalho) da Ufal e SOST (Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalhador)/HUPAA/Ufal.

Considerando que os servidores do HUPAA direta ou indiretamente atuam em prevenção e tratamento de doenças, sendo portanto de alguma forma “agentes de saúde”, as elevadas estatísticas do SIASS e SOST HUPAA quanto à ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), destacando-se a obesidade, hipertensão e diabetes neste público, e, o fato de a alimentação ser um determinante das DCNT, é importante conhecer suas práticas alimentares. Assim o objetivo deste estudo foi verificar as escolhas alimentares de uma amostra de servidores do HUPAA/UFAL com base nos lanches consumidos nos setores da instituição.

REFERENCIAL TEÓRICO

O emprego da classificação NOVA, em estudos populacionais sobre alimentação, nutrição e saúde tem sido crescente. A NOVA é o que há de mais recente em termos de grupos alimentares, e, agrupa os alimentos segundo a extensão e o propósito do processamento a que são submetidos. O processamento de alimentos, tal como entendido por esta classificação, envolve processos físicos, biológicos e químicos que ocorrem após a colheita do alimento ou, de modo mais geral, após a separação do alimento da natureza e antes que ele seja submetido à preparação culinária, ou antes do seu consumo quando se tratar de produtos processados totalmente prontos para consumo (MONTEIRO et al., 2016).

De acordo com o novo Guia Alimentar Para a População Brasileira (BRASIL, 2014) alimentos processados são produtos fabricados essencialmente com a adição de sal, açúcar ou outra substância de uso culinário, a um alimento *in natura* ou minimamente processado, que altera de modo desfavorável a composição nutricional dos alimentos. Já os alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas), derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hidrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como petróleo e carvão (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e vários tipos de aditivos usados para dotar os produtos de propriedades sensoriais atraentes).

Devido seu maior conteúdo de açúcar, sódio, gorduras totais e gorduras saturadas e *trans*, e menor teor de proteínas e fibras, o consumo de alimentos processados e ultraprocessados promove uma maior

ingestão de energia, quando comparado ao de alimentos *in natura* ou minimamente processados. Tais características são apontadas como fatores de risco para o excesso de peso, sendo então esta prática, um fator estreitamente associado à crescente epidemia de obesidade e doenças crônicas não transmissíveis evidenciada no Brasil e no mundo (MARTINS et al., 2013; LOUZADA et al., 2015).

De acordo com pesquisas de orçamentos familiares realizadas no Brasil e em outros países, há uma tendência crescente de aumento no consumo de alimentos ultraprocessados (LOUZADA et al., 2015). Analisando as pesquisas realizadas nos anos de 1987-1988, 1995-1996, 2002-2003 e 2008-2009, um estudo avaliou as tendências temporais do consumo domiciliar de itens alimentícios no Brasil, com base na extensão e o propósito do seu processamento industrial e evidenciou um aumento significativo da participação de produtos prontos para consumo (processados e ultraprocessados), que passou de 23% para 27,8% das calorias, graças ao aumento no consumo de alimentos ultraprocessados entre 2002-2003 e 2008-2009 (MARTINS et al., 2013).

O estudo de Martins et al. (2013) revelou que os produtos ultraprocessados apresentam participação crescente na dieta brasileira desde a década de 1980 nas áreas metropolitanas o que se confirmou para todo o país na década de 2000. Vale ressaltar que os alimentos prontos para consumo tornam-se cada vez mais acessíveis para todas as faixas etárias e o comércio e indústria alimentícia oferecem cada vez mais, alimentos práticos, de elevada palatabilidade e durabilidade e mais atrativos para a população (BIELEMANN et al., 2015).

Deve-se, ainda, considerar que os alimentos processados e ultraprocessados possuem características que favorecem o hábito de comer entre as refeições e considerando sua praticidade e o fato de não necessitarem de nenhuma ou praticamente nenhuma preparação culinária são atrativos para a população, cujo estilo de vida predomina a falta de tempo (MARTINS et al., 2013).

Louzada et al. (2015) realizaram um estudo transversal com dados obtidos do módulo sobre consumo alimentar individual da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009 e encontraram que o brasileiro tem um consumo médio diário de energia de 21,5% proveniente de alimentos ultraprocessados. Já Bielemann et al. (2014), em uma pesquisa realizada com participantes de uma *coorte* de nascimento de Pelotas, onde foram entrevistados 4.202 pessoas, verificaram que 51,2% das calorias totais ingeridas eram provenientes do consumo de alimentos ultraprocessados. Os autores observaram que a ingestão destes alimentos foi maior entre indivíduos do sexo feminino, de maior escolaridade, que nunca foram pobres e eutróficos.

Considerando o crescimento exponencial da ingestão de alimentos processados e

ultraprocessados na população brasileira, novos estudos são necessários para investigar a influência de características regionais, culturais e socioeconômicas, utilizando a classificação de alimentos baseada na extensão e finalidade do processamento industrial (MARTINS et al., 2013).

METODOLOGIA

Trata-se de uma enquete aplicada durante a organização de uma ação de promoção à saúde realizada em setembro de 2016 no Hospital Universitário Professor Alberto Antunes (HUPAA) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), em comemoração ao dia mundial da alimentação denominada “pratique uma alimentação saudável”. A enquete foi aplicada em visitas realizadas a alguns setores do hospital durante o processo de divulgação junto aos funcionários, da ação a ser realizada. Vale salientar que a divulgação da ação foi realizada para todo o hospital por meio de *internet* e afixação de cartazes, dentre outras estratégias.

Os setores foram escolhidos aleatoriamente entre os localizados no andar térreo da instituição. A coleta de dados foi realizada nos setores visitados para a distribuição do convite da ação “pratique uma alimentação saudável”, precedido da identificação dos entrevistadores e solicitação de permissão para recolher a informação. A enquete foi dirigida com a seguinte pergunta: *O que temos para lanchar hoje?* A partir deste questionamento, os funcionários se pronunciavam quanto ao que geralmente era consumido por eles como opção de lanche, inclusive mostrando os locais de armazenamento dos alimentos e permitindo fotografar armário, geladeira e outros espaços destinados ao lanche coletivo do setor. Na ocasião também foi solicitado permissão para a divulgação dos dados, inclusive das fotografias, durante a ação. Para tabulação dos dados padronizou-se o termo “setores” para denominar as áreas visitadas sejam elas na terminologia organizacional da instituição um setor ou uma unidade propriamente dito(a) ou parte dele(a). Assim, também foram visitados locais como a secretaria de um setor ou unidade, um espaço de trabalho que é parte de um setor ou unidade (p. ex. ambulatórios, como parte de várias unidades que integram a divisão de gestão de cuidado do HUPAA). Cada local visitado foi considerado um “setor”.

Os alimentos referidos pelos funcionários durante as entrevistas foram agrupados segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) em três grupos: grupo I- Alimentos *in natura* e minimamente processados; grupo II - alimentos processados e grupo III- alimentos ultraprocessados. Uma vez agrupados verificou-se o perfil de escolhas alimentares segundo grupos de alimentos e segundo

setores estudados em frequência simples.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram visitados trinta e um setores do HUPAA (Quadro 1), sendo 41,93% da área administrativa, 41,93% da área assistencial e 16,13% da área de ensino e pesquisa, que referiram o consumo de vinte e três diferentes alimentos, sendo destes predominantemente alimentos do tipo ultraprocessados (Tabela 1).

Quadro 1 - Setores do HUPAA visitados para realização da enquete “o que temos para lanchar hoje?”. Maceió, AL (2017).

Áreas	Setores
Área Administrativa (n=13)	Recursos Humanos, Faturamento, Orçamento e Finanças, Unidade de Planejamento, Administração de Suprimentos, Assessoria Técnica, SIASS, SOST, Almoxarifado, NTI, CIG-coordenação, Gerência dos Ambulatórios, Secretaria da Superintendência
Área de Assistência (n=13)	Admissão e Alta, Centro Cirúrgico, Laboratório de Análises Clínicas, Serviço Social, Recepção da Radiologia, Hospital Dia, Recepção Geral, Cardiologia, Nefrologia, SAME, Recepção do Ambulatório I, Ambulatório de Dermatologia e Ambulatório de Ginecologia.
Área de Ensino e Pesquisa* (n=5)	Centro de Apoio a Pesquisa (inclui biblioteca virtual, coordenação residência médica, coordenação residência multiprofissional, unidade de telesaúde e setor de gestão da pesquisa e inovação tecnológica)

HUPAA: Hospital Universitário Professor Alberto Antunes; SIASS: Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor; SOST: Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalhador; NTI: Núcleo de Tecnologia da Informação; CIG: Coordenação de Informações Gerenciais; SAME: Serviço de Arquivo Médico e Estatística. * Considerado para efeito de tabulação dos alimentos consumidos como um setor único, uma vez que os lanches coletivos são socializados entre eles.

Tabela 1 - Frequência de consumo de alimentos *in natura*/minimamente processados, processados e ultraprocessados na composição dos lanches de uma amostra de setores do HUPAA/UFAL. Maceió, AL (2017).

Grupos de alimentos*	Frequência de consumo na composição dos lanches (%)
Alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados (inclui as preparações culinárias à base desses alimentos)	17,39%
Alimentos Processados	8,70%
Alimentos Ultraprocessados	73,91%

* Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014).

Em todos os setores verificou-se o consumo de alimentos do grupo *in natura* ou minimamente processados, devido à presença do café (alimento que integra este grupo) em 100% deles; porém em apenas 37,03% verificou-se o consumo de frutas frescas como integrante dos lanches. Semelhante ao café, os biscoitos salgados e doces, classificados como alimentos ultraprocessados, foram parte dos lanches em 100% dos setores, revelando que a combinação café com biscoitos constitui a principal escolha para os lanches.

Sabe-se que de um modo geral, a formulação de biscoitos não exige muitos ingredientes, sendo o básico e predominante, a farinha de trigo refinada, além de gordura, sal, açúcar e alguns aditivos para acrescentar cor (corantes) e sabor e conferir maciez e/ou crocância entre outros atributos explorados nos produtos alimentícios industrializados. Neste aspecto, o que se observa ao verificar o rótulo de biscoitos industrializados é uma vasta lista de aditivos, adicionados intencionalmente para intensificar propriedades, aumentar a vida útil e conseqüentemente, proporcionar melhores rendimentos para a indústria (SILVA et al., 2015).

Foi verificada a presença de refrigerantes em 22,22% dos setores e de sucos artificiais em 37,03% destes. Estes produtos prontos para beber estão associados com o aumento do risco de obesidade, devido a comprovada menor capacidade do organismo humano de “registrar” calorias provenientes de bebidas adoçadas (BRASIL, 2014).

Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009 (IBGE, 2011), as maiores médias de consumo alimentar diário *per capita* na população brasileira foram, entre outros alimentos, de sucos, refrigerantes e café.

Neste estudo, observou-se a presença de salgados (coxinha, pastel, etc.), considerados alimentos

ultraprocessados, em 33,33% dos setores visitados, o que pode também estar associado à disponibilidade destes alimentos na lanchonete localizada nas dependências do hospital.

A POF 2008-2009, revelou que o consumo fora do domicílio de salgados fritos e assados e de refrigerantes foi maior do que 50% e 30%, respectivamente, em relação ao consumo total, evidenciando que a grande disponibilidade destes produtos facilita e aumenta de forma importante o seu consumo.

Segundo Bielemann et al. (2015) os indivíduos consomem alimentos e/ou preparações sem que o nutriente em si seja o principal determinante da escolha – fato conhecido e explorado pelo comércio e indústria alimentícia que oferecem, cada vez mais, alimentos práticos, palatáveis, de menor perecibilidade (também denominados “ de maior tempo de prateleira”) e portanto mais atrativos para a população, inclusive às custas do grande apelo de *marketing* característico destes produtos. As cores e *layout* das embalagens são estratégicas para estimular a sua aquisição, assim como as propagandas, muitas com apelo relacionado à saúde, bem estar, beleza e conceitos de felicidade.

Além disso, os alimentos processados apresentam-se cada vez mais acessíveis para todas as faixas etárias e comercializados sob a forma de produtos pré-prontos ou prontos para o consumo, o que contribui para o aumento da procura por este tipo de alimento. O consumo regular de alimentos ultraprocessados, haja vista a sua elevada densidade energética (quantidade de calorias por grama de alimento), está estreitamente relacionado ao consumo excessivo de calorias. Esta prática além de aumentar o risco de obesidade e de doenças crônicas, pela sua forma de produção, distribuição, comercialização e consumo gera impacto sobre a cultura, a vida social e sobre o meio ambiente (BRASIL, 2014).

Já o Guia Alimentar para a população Brasileira (2014), atesta que, devido aos seus ingredientes, os alimentos ultraprocessados (mais adequadamente denominados “produtos alimentícios”, e não “alimentos”), são nutricionalmente desbalanceados. Com frequência, eles são ricos em gorduras, açúcares, sódio e aditivos alimentares agregando uma grande diversidade de produtos químicos que, muitas vezes, são anti-nutricionais, ou seja, comprometem a absorção de nutrientes, tais como vitaminas e minerais essenciais à saúde. Ainda, para que tenham longa duração e não se tornem rançosos precocemente, são frequentemente fabricados com gorduras que resistem à oxidação, com grande poder aterogênico.

O alto teor de sódio, que é comum na composição dos alimentos ultraprocessados, por conta da adição de grandes quantidades de sal, necessárias para estender a duração dos produtos e intensificar o sabor, ou mesmo para encobrir sabores indesejáveis oriundos de aditivos ou de substâncias geradas pelas técnicas envolvidas no ultraprocessamento (BRASIL, 2014), constitui a principal fonte de sódio da dieta

contemporânea, ultrapassando substancialmente a contribuição proporcional do sal de cozinha na dieta.

Assim, o consumo regular de alimentos processados e ultraprocessados constitui um importante fator de risco para DCNT e portanto deve ser desencorajado através de políticas públicas e institucionais de promoção da saúde.

Este estudo encontrou alto consumo de alimentos ultraprocessados pelos funcionários do HUPAA, que pode estar associado, entre outras questões, a facilidade de consumo, praticidade no transporte e no armazenamento e palatabilidade, assim como o fácil acesso a compra destes produtos, inclusive dentro do próprio hospital.

As limitações deste estudo residem no fato de tratar-se de uma enquete, realizada em um momento pontual e sem um método previamente definido para a aleatorização dos setores visitados, tornando-se, portanto um perfil que necessita de um delineamento mais detalhado quanto aos dados a serem coletados e que venha a retratar de forma representativa os setores e funcionários do HUPAA/UFAL. Neste sentido será realizada uma pesquisa cujos resultados poderão fomentar uma política institucional de orientação para a prática de uma alimentação saudável junto aos servidores.

PERSPECTIVA

A enquete descrita neste artigo motivou a elaboração do projeto de pesquisa intitulado “Avaliação do Consumo de alimentos ultraprocessados por servidores do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes (HUPAA) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL)”. Este projeto está em processo de submissão junto ao comitê de ética e pesquisa (CEPE) da UFAL, com a proposição de ser aplicado em todos os setores do hospital.

REFERÊNCIAS

BIELEMANN, R.M.; MOTTA, J.V.S.; MINTEN, G.C.; HORTA, B.L.; GIGANTE, D.P. **Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens**. Revista de Saúde Pública. 49:28. 2015. Acesso em: 10 maio 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-89102015000100221&script=sci_arttext&tlng=pt>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p. Acesso em: 05 maio 2017. Disponível em: <<http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf>>

GEPNEWS, Maceió, a.2, v.1, n.4, p.25-34, out./dez. 2018

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATISTICA – IBGE. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil/IBGE**. Coordenação de Trabalho e Rendimentos. Rio de Janeiro. 2011. Acesso em 05 maio 2017. Disponível em: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv50063.pdf>>

LOUZADA, M.L.C.; MARTINS, A.P.B.; CANELLA, D.S.; BARALDI, L.G.; LEVY, R.B. CLARO, R.M.; MOUBARAC, J.C.; CANNON, G.; MONTEIRO, C.A. **Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil**. Revista de Saúde Pública. 49:38. 2015. Acesso em: 10 maio 2017. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/rsp/v49/pt_0034-8910-rsp-S0034-89102015049006132.pdf>

MARTINS, A.P.B.; LEVY, R.B.; CLARO, R.M.; MOUBARAC, J.C.; MONTEIRO, C.A. **Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009)**. Revista de Saúde Pública. 47(4):656-65. 2013. Acesso em: 06/ maio 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-89102013000400656&script=sci_abstract&tlng=pt>

MONTEIRO, C.A.; CANNON, G.; LEVY, R.; MOUBARAC, J.C.; JAIME, P.; MARTINS, A.P.; CANELLA, D.; LOUZADA, M.; PARRA, D.; RICARDO, C.; CALIXTO, G.; MACHADO, P.; MARTINS, C.; MARTINEZ, E.; BARALDI, L.; GARZILLO, J.; SATTAMINI, I. **Classificação dos alimentos. Saúde Pública. NOVA. A estrela brilha**. World Nutrition, volume 7, número 1-3, Janeiro-Março. 2016. Acesso em 10 maio 2017. Disponível em: <<http://www.cookie.com.br/site/wp-content/uploads/2016/12/NOVA-Classifica%C3%A7%C3%A3o-dos-Alimentos.pdf>>

SILVA, R.; GÓES, C.A.; RODRIGUES, T.; SANTOS, J.A.B. **Indicadores como ferramentas para análises de aditivos em alimentos industrializados**. Revista GEINTEC. V5, n4, p. 2664-2677. São Cristóvão/SE. 2015. Acesso em: 11 maio 2017. Disponível em: <<http://www.revistageintec.net/portal/index.php/revista/article/view/870/616>>