



Variedade na alimentação tem relação com renda

Pesquisa com 277 moradores de Piracicaba (interior de São Paulo), realizada pela Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq), da USP, revela que 57% da população consome frutas e hortaliças dentro da quantidade recomendada pelos órgãos de saúde, que é de 5 porções diárias. O trabalho da economista Joseane Thereza Bigaran mostra que a quantidade e variedade de alimentos consumidos tem relação direta com a renda da população.

O estudo foi desenvolvido no programa de Pós-graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, da Esalq, sob orientação da professora Jocelem Mastrodi Salgado, do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição (LAN), e identificou, a partir da aplicação de um questionário, o consumo de frutas, verduras e legumes, além de quantificar, do ponto de vista socioeconômico, a influência da renda sobre o consumo desses alimentos pelas famílias piracicabanais.

“Procurei identificar se o consumo está dentro das recomendações preconizadas pelos órgãos de saúde, visto que, no Brasil, os números são bem baixos”, conta Joseane. Uma das bases conceituais da pesquisa foi o Programa Alimentar “5 ao dia”, que determina o consumo ideal de 5 porções de frutas e hortaliças ao dia.

Nos meses de março e abril de 2012, foram coletados 282 questionários, dos quais 277 foram validados, contemplando pessoas residentes em todas as regiões da cidade. “Entre os resultados obtidos, o mais importante e que nos surpreendeu foi o fato de que 57% da população da amostra pesquisada residente em Piracicaba tem se alimentado de frutas e hortaliças dentro das recomendações preconizadas pelos órgãos de saúde”, observa a autora do trabalho.

Poder aquisitivo

Além disso, a pesquisa mostrou que as frutas e hortaliças mais consumidas, independente da classe social, são banana, laranja, limão e maçã e alface, alho, cebola, cebolinha, cenoura, pepino e tomate. “No entanto, quanto melhor o poder aquisitivo da pessoa, maior é a variedade de frutas e hortaliças adquiridas, ou seja, a renda desempenha papel fundamental no aumento da variedade de produtos consumidos”, ressalva Joseane. Outro ponto de destaque faz referência à relação entre faixa etária e alimentação saudável. “Identificamos que pessoas com mais de 30 anos consomem mais frutas e hortaliças em relação aos mais jovens”.

A presença no município de uma unidade do Ceasa, além da proximidade com o Ceagesp em São Paulo, são apontados pela pesquisa como fatores que auxiliam o acesso da população aos alimentos em questão. “A cidade conta ainda com um grande número de supermercados, hipermercados e varejões, além da presença de feiras-livres, o que possibilita à população fazer suas compras no próprio bairro e obter produtos de qualidade”.

Joseane reforça que este tipo de pesquisa é extremamente importante para o município, no sentido de contribuir para a tomada de decisão em relação às políticas municipais de alimentação e bem estar à saúde, além de servir como *feed back* em relação aos projetos já implantados. “Além disso, é evidente que as ações preventivas à saúde são de custo elevado, o que exige do município investimento neste tipo de estudo afim de impulsionar mudanças de comportamento das pessoas, das famílias e das comunidades”.

Entre as várias questões que norteiam a segurança alimentar, chama atenção os índices alarmantes de crescimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis, conhecidas pela sigla DCNT, da qual fazem parte

os grupos de doenças circulatórias, respiratórias crônicas, câncer e diabetes, e seus fatores de riscos exógenos como tabagismo, álcool, inatividade física, alimentação não saudável e obesidade.

A indicação para uma alimentação saudável deve ter como prioridade o consumo de frutas e hortaliças, bem como uma regulamentação da propaganda de alimentos industrializados. “A aplicação de inquéritos alimentares são instrumentos de grande valor para conhecer os hábitos e consumo alimentares de uma dada população”, afirma Joseane.

Foto: Cecília Bastos / Jornal da USP