



USP ESALQ – ACESSORIA DE COMUNICAÇÃO

Veículo: Maxpressnet

Data: 16/05/2012

Link: <http://www.maxpressnet.com.br/Conteudo/>

Caderno / Página: - / -

Assunto: Pesquisa avalia disponibilidade de carotenóides e nutrientes para brasileiros

Pesquisa avalia disponibilidade de carotenóides e nutrientes para brasileiros

Projeto avalia qualidade alimentar domiciliar do brasileiro em meio urbano e rural

Desde 1995, a alimentação domiciliar do brasileiro sofreu algumas mudanças, incluindo a diminuição do consumo de gêneros tradicionais (cereais, leguminosas, frutas e verduras) e o aumento de açúcares e gorduras. Devido a má alimentação, os casos de sobrepeso e obesidade, principalmente entre os anos de 1995 e 2003, prevaleceram entre a população, o que influencia em casos de doenças cardiovasculares, câncer e diabetes.

Com base na Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), de 2008/2009, realizada pelo IBGE, que apresenta tabelas sobre despesas, rendimentos, aquisição domiciliar per capita e avaliação subjetiva das condições de vida, por estratos geográficos e por classe de rendimento mensal, a nutricionista Natália Moreno Gaino, pós-graduanda em Ciência e Tecnologia dos Alimentos, na Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz” (USP/ESALQ), realizou a pesquisa “Estado Nutricional e Disponibilidade de Nutrientes e Carotenóides para a População Brasileira”.

O trabalho teve apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp) e foi desenvolvido a partir de resultados sobre a qualidade alimentícia brasileira. Na prática, levanta informações a fim de favorecer ações nacionais de alimentação e agricultura que favoreçam a produção, distribuição e comercialização de alimentos com preços acessíveis; criar estratégias de educação nutricional, que contribuam, de forma sustentável, para facilitar o processo de aprendizagem e melhoria dos hábitos alimentares; e estimular nas indústrias a necessidade de produzir alimentos mais saudáveis, com menores teores de gordura, açúcar e sódio.

Orientada pela professora Marina Vieira da Silva, do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição (LAN), a pesquisadora avaliou, comparando o meio rural e o meio urbano, a disponibilidade de energia, distribuição de macronutrientes energéticos, vitaminas, minerais e prevalência de sobrepeso e obesidade. “Os resultados evidenciam diferenças da disponibilidade de energia e nutrientes para as famílias brasileiras, discriminadas de acordo com as grandes regiões e estratos geográficos (rural e urbano)”, conta a nutricionista.

Com relação à disponibilidade de energia nos domicílios, os maiores conteúdos foram identificados para as famílias de áreas rurais. Quanto à distribuição dos macronutrientes energéticos (carboidratos, proteínas e lipídeos) no valor energético total (VET), foi revelada expressiva contribuição dos carboidratos para a totalidade das famílias brasileiras residentes no meio rural. “Nos domicílios rurais e urbanos das grandes regiões, a contribuição de macronutrientes para o VET mostrou-se em conformidade com os valores preconizados”, acrescentou.

Avaliando a disponibilidade com relação às vitaminas C, B6 e B12, folato e ácido pantotênico, constatou-se que a quantidade é inferior às recomendações. As vitaminas A, B1 e B2 atenderam aos valores de referências para a totalidade das famílias. Quanto aos minerais, a disponibilidade de cálcio, magnésio, zinco, potássio e ferro, revelou-se reduzida na maioria dos domicílios brasileiros. Os valores médios observados para o mineral manganês superaram o recomendado para a totalidade das famílias. Segundo a pesquisa, as famílias brasileiras têm acesso diário, dentro de casa, a 3882,3 mg de manganês. A recomendação de consumo desse mineral é de 1.500 mg, mas as estimativas para o meio rural e urbano superam esse valor, apresentando o valor de 5.074,1 mg e 3.454,1 mg, respectivamente. A pesquisa também observou a prevalência de adultos com sobrepeso (32,9%) e obesidade (12,5%).

“Na POF de 2008-2009, a disponibilidade carotenóides apresentou um aumento importante quando comparada com os valores identificados na pesquisa de 2002-2003, mas ainda pouco expressiva nos

domicílios brasileiros; sendo que a maior disponibilidade foi observado em municípios da região sul do país, com destaque para as famílias de áreas rurais, onde o consumo de frutas, verduras e legumes é maior”, concluiu.