

ALIMENTAÇÃO NA POPULAÇÃO DE BAIXA RENDA

Ana Karolina de Souza Alves

FACULDADE AGES
Nutrição – Jacobina - BA

Introdução

A alimentação e a nutrição constituem requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando a afirmação plena do potencial de crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania. Uma alimentação deficiente e inadequada provoca consequências que afetam no crescimento e desenvolvimento das crianças, como déficit de atenção, doenças carenciais, doenças infecto-contagiosas, podendo derivar de precárias condições sociais, educativas e econômicas da família, além de dificuldades em assistência à saúde e cuidados durante a infância, por conseguinte, todos esses fatores afetam na qualidade de vida da criança.

Objetivos

Diante do contexto apresentado, este trabalho teve como objetivo analisar os hábitos alimentares de famílias de baixa renda levando em consideração suas escolhas alimentares e renda mensal.

Metodologia

•Realizar-se-á uma pesquisa bibliográfica para um melhor aprofundamento teórico sobre o tema. Este trabalho será desenvolvido através de pesquisas, leituras de livros que falam sobre a escrita e leitura e do relacionamento que ambas exercem em relação a alimentação em famílias de baixa renda. Sabemos que há um conjunto muito amplo sobre o tema, estaremos analisando vários conceitos a fim de esclarecer de forma transparente para que todos possam entender ao ler a pesquisa.

Resultados

Considerando que possuem recursos escassos para gastarem com alimentos mais caros, e considerando que as formas atuais de distribuição são menos eficientes para famílias de renda baixa, o preço é primordial na escolha dos alimentos nessa classe social. Por outro lado, não significa que a racionalidade econômica seja, de fato, sempre dominante nas escolhas de consumo.

Assim, a população de baixa renda mostra-se preocupada com a saúde, e sabe que comer frutas e verduras (94%) e comer várias vezes ao dia em pequenas porções (58%), são práticas adequadas para alimentar-se melhor. Porém resta a questão preço, que pode acarretar ainda na escolha errada dos alimentos que fazem bem à saúde. O hábito alimentar da população brasileira originou-se a partir da miscigenação de culturas existentes ou trazidas ao país. No Brasil, a alimentação teve influência da cultura indígena, por meio do modo de economia alimentar que eles utilizavam, como a atividade coletora, vivendo à custa da natureza e utilizando a mandioca na produção de variados alimentos.

Conclusões

Considera-se ser possível manter uma alimentação adequada, mesmo com poucos rendimentos, já que existem métodos que auxiliam a reduzir o custo do cardápio, como já citados neste trabalho, incluindo a elaboração de uma cartilha com receitas de aproveitamento integral dos alimentos contribuindo para redução nos custos com alimentação e proporcionar uma alimentação saudável para as famílias em estudo.

Bibliografia

•BARROS, R. P.; HENRIQUES, R. A.; MENDONÇA, A. C. **A estabilidade inaceitável: desigualdade e pobreza no Brasil**, Texto para discussão nº 800. Rio de Janeiro, IPEA, 2001.

•BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), 2008. Disponível em: <<http://www.mds.gov.br/programas/seguranca-alimentar-e-nutricionalsan/consad>>. Acesso em: 08 out. 2023.

