

## **ASSOCIAÇÃO DO EXCESSO DE PESO COM O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM ADOLESCENTES EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL**

Anna Clara da Silva Marques<sup>1</sup>; Camilly Vitória Silva Maciel<sup>1</sup>; Breno de Souza Regosino<sup>1</sup>; Larissa Malaquias dos Santos<sup>1</sup>; Dr. Heitor Bernardes Pereira Delfino<sup>2</sup>; Dr<sup>a</sup>. Cristiana Araújo Gontijo<sup>2</sup> (orientadora: cristiana.gontijo@prof.una.br)

<sup>1</sup>Estudante do Curso de Nutrição da UNA Uberlândia.

<sup>2</sup>Nutricionista. Doutor(a). Educador(a) UNA Uberlândia.

### **RESUMO**

Destaca-se a importância da avaliação do estado nutricional e consumo alimentar na adolescência, pois esta é uma fase de oportunidade para o incentivo de formulação de estratégias para promoção da alimentação saudável, ações que poderão prevenir o aparecimento de excesso de peso e doenças crônicas não transmissíveis atuais e futuras. O estudo teve como objetivo associar o excesso de peso com o consumo de alimentos (ultra)processados em adolescentes em situação de vulnerabilidade social. Trata-se de estudo do tipo transversal que será desenvolvido com adolescentes assistidos por uma Organização não Governamental (ONG) selecionada por conveniência. A coleta de dados será realizada por meio de Recordatório 24 horas. O nível de processamento dos alimentos será analisado por meio da classificação NOVA: alimentos in natura ou minimamente processados; ingredientes culinários; alimentos processados; e ultraprocessados (MONTEIRO et al., 2010). Serão aferidos peso e altura, para o posterior classificação índice de massa corporal para idade.

### **INTRODUÇÃO**

A adolescência, faixa etária de 10 a 19 anos, é o período de transição da infância para a vida adulta, caracterizado por importantes mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais. Na adolescência ocorre rápido crescimento, com até 45% da formação do esqueleto, atingindo de 15 a 25% da altura adulta. Durante o estirão podem ser acumulados até 37% da massa óssea. Também ocorrem mudanças na composição corporal. Neste período há aumento das necessidades nutricionais, com isso, alcançar essas necessidades torna-se extremamente importante para o crescimento e desenvolvimento ideal do organismo, refletindo na saúde futura (WHO, 2005).

O início da adolescência pode ser considerado como período crítico para o desenvolvimento da obesidade, pois nessa fase há aumento do número de células no organismo (MULLER, 2013).



Com isso, pode ocorrer simultaneamente acentuada hipertrofia (aumento da quantidade de gordura nos adipócitos) e hiperplasia (formação de novos adipócitos) das células adiposas (PEREZ; MATTIELLO, 2018).

O excesso de peso em adolescentes é considerado problema de saúde pública por afetar a saúde nessa faixa etária e por estar relacionado em longo prazo com o excesso de peso e morbidades associadas em adultos. Estudos mostram que medidas antropométricas e percentuais de gordura corporal da adolescência tendem a permanecerem na vida adulta (SHEAR et al., 2011).

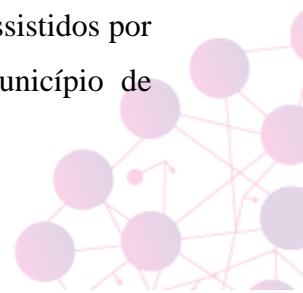
Os desvios nutricionais nessa etapa da vida são favorecidos pelos desequilíbrios alimentares, sendo que os estudos mostram que o consumo alimentar dos adolescentes se caracteriza pelo excesso de alimentos processados e ultra processados, tipo fast foods, bebidas açucaradas e doces, além do baixo consumo de alimentos fontes de fibras como frutas e hortaliças (MARAVALHAS et al., 2022; VASCONCELOS et al., 2023). A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada no ano de 2015, demonstrou que 39,7% dos adolescentes brasileiros entrevistados consomem diariamente pelo menos um grupo de alimento ultra processado (COSTA et al., 2018). Vale destacar que a qualidade da alimentação de adolescentes pode ter relação inversa com sua condição socioeconômica, sendo que os indivíduos de baixa renda, em situação de vulnerabilidade social, podem ter acesso limitado à quantidade suficiente de alimentos saudáveis, como frutas e hortaliças, devido ao custo financeiro dos mesmos (LOCATELLI et al., 2017). Além disso, a baixa ingestão desses alimentos pode ser compensada pela ingestão de outros alimentos, com altas concentrações de gordura, açúcar e sal (LEVY et al., 2010). Com isso, destaca-se a importância da avaliação do estado nutricional e consumo alimentar na adolescência, pois esta é uma fase de oportunidade para o incentivo de formulação de estratégias para promoção da alimentação saudável, ações que poderão prevenir o aparecimento de excesso de peso e doenças crônicas não transmissíveis atuais e futuras. Com isso, o presente estudo teve como objetivo associar o excesso de peso com o consumo de alimentos (ultra)processados em adolescentes em situação de vulnerabilidade social.

**Palavras-chave:** Adolescente; consumo alimentar; estado nutricional; grau de processamento dos alimentos.

## MÉTODOS

### Tipo de estudo e considerações éticas

Trata-se de estudo do tipo transversal que será desenvolvido com adolescentes assistidos por uma Organização não Governamental (ONG) selecionada por conveniência, no município de



Uberlândia, Minas Gerais. Esta ONG é um centro de convivência e fortalecimento de vínculos para adolescentes, no qual são desenvolvidos atendimentos voltado para o desenvolvimento físico, social, cultural, profissional e intelectual de seus participantes, contribuindo para a formação de futuros e honrados cidadãos.

Para a execução deste estudo será solicitada a autorização da direção da ONG e a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP). Este estudo será desenvolvido somente após a aprovação ética pelo CEP.

### **Seleção da amostra e Critérios de inclusão e exclusão**

Todos os adolescentes assistidos pela ONG e seus responsáveis serão convidados a participar do estudo. Poderão participar do estudo os indivíduos que atendam aos seguintes critérios de elegibilidade: Adolescentes que frequentam as atividades desenvolvidas na ONG; que concordar em participar do estudo e o responsável assinar o Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Serão excluídos da pesquisa: Aqueles que não fornecerem as informações necessárias para o desenvolvimento do estudo.

### **Coleta de Dados**

A coleta de dados será realizada pelo estudante de iniciação científica, previamente capacitado, presencialmente durante o período que os adolescentes frequentam a ONG. Para a análise do consumo alimentar será aplicado o Recordatório 24 horas em entrevista individual. O nível de processamento dos alimentos será analisado por meio da classificação NOVA, recomendada pelo Guia alimentar para a população brasileira, a qual avalia a contribuição de cada um dos quatro grupos: alimentos in natura ou minimamente processados; ingredientes culinários; alimentos processados; e ultraprocessados (MONTEIRO et al., 2010). Serão aferidos peso e altura dos adolescentes, para o posterior cálculo do índice de massa corporal (IMC), a partir destes dados o estado nutricional será classificado de acordo com os índices IMC/idade e altura/idade, segundo as curvas e pontos de corte propostos pela Organização Mundial da Saúde.

### **Análise estatística**

O banco de dados será elaborado no software Excel e para análise dos dados será utilizado o software SPSS versão 21.0. Serão realizados estatística descritiva, Teste de normalidade Shapiro-Wilk e Teste t Student ou teste de Mann Whitney para comparar dois grupos independentes; Análise de variância, com pós teste de Tukey, ou Kruskal-Walli com pós teste de Dunn, para comparar três ou mais grupos independentes; Análise de Regressão Logística e Análise de Regressão Múltipla para



verificar associação entre variáveis categóricas e numéricas. Será adotado para todas as análises o nível de significância de 5%.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

Espera-se que os adolescentes com maior consumo de alimentos (ultra)processados apresentem maior prevalência de excesso de peso.

Será realizada a devolutiva dos resultados para os participantes com a entrega de material com os resultados gerais encontrados e com esclarecimento a respeito do grau de processamento dos alimentos e sua influência para a saúde. Também será entregue o relatório final para a direção da ONG. Pretende-se publicar o trabalho em revista científica para que os dados e resultados obtidos neste estudo possam servir de subsídios para novos estudos e para a elaboração de programas de prevenção e monitoramento da saúde de adolescente em vulnerabilidade social.

O estudo também visa através das análises dos dados coletados auxiliar no desenvolvimento de ações e estratégias, por Projeto de Extensão, visando a promoção da saúde e segurança alimentar e nutricional dos adolescentes em vulnerabilidade social assistidos pela ONG. Além disso, o estudo proporcionará ao estudante de iniciação científica a melhor compreensão e entendimento sobre a importância da multidisciplinaridade e integralidade das ações na saúde e segurança alimentar e nutricional da comunidade.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Costa C dos S, Flores TR, Wendt A, Neves RG, Assunção MCF, Santos IS. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. **Cad Saúde Pública**, 34(3), 2018.

Levy RB, Castro IRR, Cardoso LO, Tavares LF, Sardinha LMV, Gomes FS, Costa A WN. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). **Ciênc Saúde Coletiva**;14(2):3085-97, 2010.

Locatelli, Nathália Tarossi, Canella, Daniela Silva e Bandoni, Daniel Henrique Fatores associados ao consumo da alimentação escolar por adolescentes no Brasil: resultados da PeNSE 2012. **Cadernos de Saúde Pública** [online], 33(4), 2017.





Maravalhas R de A, Santana DD, Salles-Costa R, Veiga GV da. Mudanças na frequência do consumo de refeições em adolescentes residentes em área de vulnerabilidade social da região metropolitana do Rio de Janeiro, Brasil. **Ciênc saúde coletiva** [Internet], 27 (1), 2022.

Monteiro CA et al. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de Saúde Pública** [Internet], (11):2039–49, 2010.

Perez, L.M; Mattiello, R. Determinantes da composição corporal em crianças e adolescentes. **Rev Cuid** [online], 9(2), 2018.

Sherar, L.B.; Eisenmann, J.C.; Chilibeck, P.D.; Muhajarine, N.; Martin, S.; Bailey, D.A.; Baxter-Jones, A.D.G. Relationship Between Trajectories of Trunk Fat Mass Development in Adolescence and Cardiometabolic Risk in Young Adulthood. **Obesity**, 2011.

Vasconcelos TM de, Monteiro LS, Sichieri R, Pereira RA. Psychosocial aspects related to fruit and vegetable consumption in adolescents. **Ciênc saúde coletiva** [Internet]. 28 (2), 2023.

World Health Organization. Nutrition in adolescence – issues and challenges for the health sector: issues in adolescent health and development, 2005. 115p.

