

PERFIL DE FREQUENTADORES DE UMA REDE DE *FAST-FOOD* DO MUNICÍPIO DE VIÇOSA – MG

Angélica Martins Gomes¹, Flávia Xavier Valente²

Resumo: A compreensão das características dos indivíduos que tem o hábito de consumir fast-food pode auxiliar no direcionamento de condutas nutricionais. Desta forma, o objetivo deste trabalho foi descrever o perfil socioeconômico, de estilo de vida, e de comportamento alimentar de consumidores de uma rede de fast-food de Viçosa-MG. Trata-se de estudo transversal e descritivo que foi realizado com adultos que frequentaram a rede de fast-food no mês de setembro de 2017. Foram coletadas informações sobre condições socioeconômicas, estilo de vida, estado nutricional e comportamento alimentar por meio de questionários. Participaram do estudo 25 adultos, dos quais 64% eram mulheres. A maioria dos participantes se autodeclarou parda, estudou até o ensino médio, eram solteiros e de classe média. Em relação ao estilo de vida, foi observado que 52 % eram irregularmente ativos ou sedentários. A maioria dos participantes (36%) frequentavam redes de fast food pelo menos seis vezes na semana, principalmente para consumir café da manhã e lanches. O estado nutricional da maioria era de eutróficos (68%) e 32% eram obesos. O comportamento alimentar mais prevalente foi o de restrição cognitiva, principalmente em obesos. Desta forma, observou-se que frequentaram a rede de fast-food adultos de classe média, solteiros e que praticam pouca atividade física. Apesar disso, tais indivíduos eram eutróficos e apresentavam como comportamento alimentar a restrição cognitiva.

Palavras-chave: comportamento alimentar, estilo de vida, fast-food, restrição cognitiva

¹ Graduanda em Nutrição – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. e-mail: angelica.gomes.ara@gmail.com

² Professora do Departamento de Nutrição – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. e-mail: flaviaxavier@univicosas.com.br

Introdução

O Brasil está passando por um processo de transição nutricional no qual se observa o aumento crescente da obesidade (ROMBALDI et al., 2013). Associado a este fato, estão as mudanças nos hábitos alimentares da população brasileira, cuja dieta que era baseada em grãos, tubérculos, frutas, legumes, feijão e arroz, foi substituída pelo consumo crescente de produtos industrializados e refeições fora do domicílio, como os *fast-foods* (CAIN; SANTOS; NOVELLO, 2016).

As mudanças no padrão alimentar dos indivíduos brasileiros nas últimas décadas não foram apenas referente ao aumento no consumo de industrializados, mas também em relação ao local onde são realizadas as refeições e aos tipos de preparações consumidas. Destaca-se o crescimento no número de restaurantes, lojas de conveniência, padarias, lanchonetes e redes de *fast-food* (BEZERRA et al., 2013). Concomitantemente, tem-se observado um aumento no gasto mensal com alimentação fora do domicílio, especialmente em locais que oferecem refeições rápidas (CARÚS; FRANÇA; BARROS, 2014).

As redes de *fast-food* disponibilizam alimentos conhecidos como ultraprocessados, que são alimentos práticos, duráveis, atrativos e acessíveis a todas as faixas etárias. Além disso, oferecem como serviço lanches e refeições rápidas e de menor preço (BEZERRA et al., 2013). Porém, trata-se de uma alimentação incompleta, industrializada, à base de conservantes, calorias, gorduras e açúcar com poucas vitaminas e fibras (CAIN; SANTOS; NOVELLO, 2016).

Decorrentes de um estilo de vida inadequado, incluindo a alimentação não saudável, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) se tornaram um problema de saúde pública nos últimos anos. O diabetes *mellitus*, dislipidemias, obesidade e hipertensão arterial constituem os principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares e são responsáveis por aproximadamente 100.000 óbitos por ano no Brasil (ROMBALDI et al., 2013).

De acordo com Bezerra et al. (2013) frequentar redes de fast-food se tornou um hábito dos brasileiros. Desta forma o objetivo do estudo foi descrever o perfil de adultos que frequentam uma rede de *fast-food* no município de Viçosa-MG.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo observacional, de corte transversal, descritivo, sendo que a amostragem foi por conveniência. Foram convidados a participar da pesquisa todos os indivíduos, na faixa etária de 20 a 60 anos, de ambos os sexos, que frequentaram a rede de *fast-food* no mês de setembro de 2017, situada na área urbana da cidade de Viçosa – MG. Aqueles que aceitaram participar da pesquisa responderam a um questionário geral, ao Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) (MATSUDO et al., 2001) e ao Questionário Alimentar de Três Fatores – TFEQ-R21 (NATACCI; FERREIRA JÚNIOR, 2011), que permite avaliar o perfil de comportamento alimentar.

Para determinar o nível de atividade física dos voluntários, foi considerado a frequência, o tempo e o tipo de atividade praticada (caminhada, atividades moderadas, atividades intensas) na semana anterior à entrevista. O comportamento alimentar foi avaliado em três fatores: (1) restrição alimentar cognitiva, que mensura o nível de proibição alimentar cognitiva; (2) alimentação emocional, que mensura a propensão de comer exageradamente em resposta à estados emocionais negativos e (3) descontrole alimentar, que verifica a predisposição em perder o controle da ingestão alimentar na presença da fome ou estímulos externos. O peso e a estatura foram auto-referidos e estes dados foram utilizados para obtenção do Índice de Massa Corporal (IMC), cuja classificação foi segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS 1998). Os resultados foram apresentados em frequência absoluta e relativa. A associação entre variáveis qualitativas foi avaliada por meio do teste do qui-quadrado de Pearson (X^2), analisados pelo software SPSS (SPSS,

Inc., Chicago, IL, USA), sendo considerado um nível α de 5% como significativo.

Resultados e Discussão

Participaram do estudo 25 indivíduos adultos jovens, dos quais 36% (n = 9) eram homens e 64% (n= 16) mulheres. A maioria dos participantes se autodeclarou parda, estudou até o ensino médio, eram solteiros e de classe média. Apenas uma voluntária relatou receber algum benefício do governo (bolsa escola). Não houve diferença entre homens e mulheres em relação às características sócio-demográficas e econômicas.

Em relação ao estilo de vida, foi observado que 60% (n = 15) dos voluntários consumiam bebidas alcoólicas menos de duas vezes na semana, sendo que 44% (n = 11) destes consumiam tanto bebidas fermentadas como destiladas. Nenhum dos voluntários entrevistados fumavam e apenas 2 relataram ser ex-fumantes. A maioria dos voluntários era irregularmente ativa (40%, n = 10), ou seja, praticavam atividade física menos de 5 dias na semana com duração menor do que 150 minutos na semana.

Os frequentadores de *fast-food* relataram realizar uma mediana de 1 refeição por dia fora do domicílio (variando de um mínimo de uma e máximo de quatro refeições), sendo que 52% (n=13) relataram fazer pelo menos uma refeição, 40% (n= 10) pelo menos duas refeições e 2 voluntários, de três a quatro refeições fora do domicílio por dia. As pequenas refeições, como café da manhã e lanches, foram as mais relatadas.

Em relação ao estado nutricional, o IMC médio da população avaliada foi de $24,0 \pm 3,3$ kg/m². Desta população, 32% (n=8) apresentava obesidade, sendo a grande maioria eutróficos (68%, n = 22). Avaliando-se a relação do IMC com o comportamento alimentar dos frequentadores de *fast-food* foi possível observar que 100% dos indivíduos obesos apresentavam um perfil relacionado à restrição cognitiva, assim como 36% dos eutróficos. Os indivíduos com sobrepeso apresentavam-se predominantemente com um perfil de alimentação descontrolada (Figura 1).

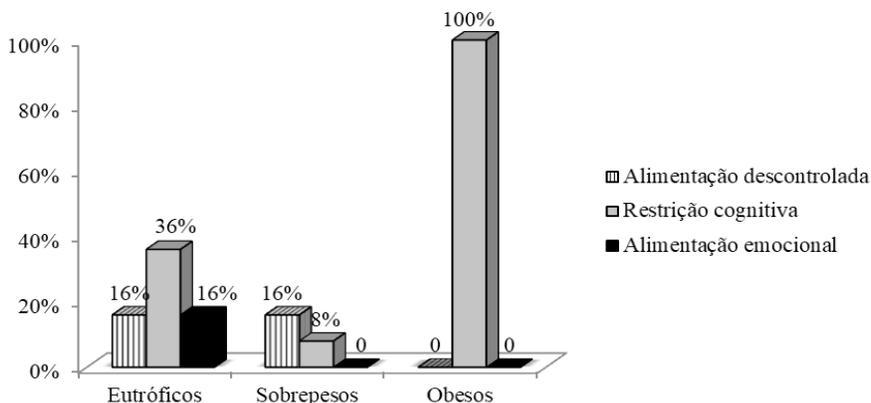


Figura 1– Avaliação do perfil dominante do comportamento alimentar de acordo com o estado nutricional de frequentadores de uma rede de *fast food*. Viçosa. 2017.

A restrição cognitiva, como um comportamento alimentar, consiste na imposição mental de uma série de obrigações e proibições, impostas pelo próprio indivíduo, com objetivo de restringir a ingestão energética para manutenção ou perda de peso. Indivíduos com prevalência deste tipo de comportamento alimentar tendem a limitar a ingestão alimentar como padrão de comportamento. Porém, em determinadas ocasiões, apresentam episódios de excesso de consumo alimentar, com alimentos de alto valor calórico, tidos como proibidos, que geram estresse, estímulos emocionais negativos que afetam o autocontrole e podem resultar em obesidade (NATACCI; FERREIRA JÚNIOR, 2011). O consumo de *fast-foods* pode estar relacionado a este tipo de descontrole da alimentação nos indivíduos entrevistados, o que explicaria a prevalência do comportamento de restrição cognitiva nesta população.

Conclusões

Frequentaram a rede de *fast-food* no período estudado principalmente mulheres, eutróficas, de classe média, solteiras e que praticam

pouca atividade física. Além disso, a população apresentou como comportamento alimentar a restrição cognitiva, que pode estar relacionada ao consumo de alimentos vendidos nas redes de *fast-food*.

Referências Bibliográficas

BEZERRA, I.N. et al. Consumo de alimentos fora do domicílio no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 47, n.1, p. 200-211, Ago. 2013.

CAIN, J.P; SANTOS, E. F.; NOVELLO, D. Avaliação dos teores nutricionais de produtos comercializados em redes de fastfoods no Brasil. **Multitemas**, Campo Grande, v. 21, n. 50, p.9-30, Maio. 2016.

CARÚS, J. P; FRANÇA, G. V. A.; BARROS, A. J. D. Local e tipo das refeições realizadas por adultos em cidade de médio porte. **Revista de Saúde Pública**, Pelotas, v. 48, n. 1, p. 68-74, Set. 2014.

MATSUDO, S. et al. Questionário internacional de atividade física (Ipaq): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 6, n. 2, p. 5-18. 2001.

NATACCI, L. C; FERREIRA JÚNIOR, M. The threefactoreating questionnaire-R21: tradução para o português e aplicação em mulheres brasileiras. **Revista De Nutrição**, Campinas, v. 24, n. 3, p. 383-394, Mai./Jun. 2011.

ROMBALDI, A. J. et al. Fatores associados ao consumo de dietas ricas em gordura em adultos de uma cidade no sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Pelotas, v. 19, n. 5, p. 1513-1521, Mai. 2014.