



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Rafaela Karen Fabri

**Aspectos simbólicos e sustentáveis sobre alimentação saudável em guias alimentares e na percepção de indivíduos adultos de Florianópolis**

Florianópolis  
2020

Rafaela Karen Fabri

**Aspectos simbólicos e sustentáveis sobre alimentação saudável em guias alimentares e na percepção de indivíduos adultos de Florianópolis**

Tese submetida ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição, da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Doutor em Nutrição.

Orientadora: Profa. Suzi Barletto Cavalli, Dr.

Florianópolis

2020

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Fabri, Rafaela Karen

Aspectos simbólicos e sustentáveis sobre alimentação  
saudável em guias alimentares e na percepção de indivíduos  
adultos de Florianópolis / Rafaela Karen Fabri ;  
orientadora, Suzi Barletto Cavalli, 2020.

252 p.

Tese (doutorado) - Universidade Federal de Santa  
Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós  
Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2020.

Inclui referências.

1. Nutrição. 2. Alimentação Saudável. 3. Guias  
alimentares. 4. Foto-elicitação. 5. Pesquisa Qualitativa.  
I. Barletto Cavalli, Suzi. II. Universidade Federal de  
Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Nutrição. III.  
Título.

Rafaela Karen Fabri

**Aspectos simbólicos e sustentáveis sobre alimentação saudável em guias alimentares e na percepção de indivíduos adultos de Florianópolis**

O presente trabalho em nível de doutorado foi avaliado e aprovado por banca examinadora composta pelos seguintes membros:

Profa. Dra. Janaína Guimarães Venzke  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Prof. Dr. Oscar José Rover  
Universidade Federal de Santa Catarina

Profa. Dra. Manuela Mika Jomori  
Universidade Federal de Santa Catarina

Profa. Dra. Paula Lazzarin Uggioni  
Universidade Federal de Santa Catarina

Certificamos que esta é a **versão original e final** do trabalho de conclusão que foi julgado adequado para obtenção do título de doutor em Nutrição pelo Programa de Pós-Graduação em Nutrição.

---

Patrícia Faria Di Pietro  
Coordenação do Programa de Pós-Graduação

---

Profa. Suzi Barletto Cavalli, Dra  
Orientadora

Florianópolis, 2020

*Para todos que foram  
presença mesmo quando estive mais ausente.  
E para todos que compartilharam algo tão precioso  
– suas relações com o alimento–*

## RESUMO

FABRI, Rafaela Karen. **Aspectos simbólicos e sustentáveis sobre alimentação saudável em guias alimentares e na percepção de indivíduos adultos de Florianópolis.** Florianópolis, 2020. Tese (Doutorado em Nutrição) - Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2020.

Esta tese teve como objetivo identificar como os aspectos simbólicos e sustentáveis são compreendidos e incorporados à percepção sobre alimentação saudável de indivíduos adultos de Florianópolis e aos guias alimentares. Para cumprir com os objetivos, a metodologia foi dividida em duas etapas independentes, sendo uma delas relacionada à análise dos guias alimentares e outra referente à análise da percepção sobre alimentação saudável. Para avaliar os guias alimentares, primeiramente foi realizada revisão narrativa a fim de estabelecer as categorias de pré-análise, sendo essas relacionadas às dimensões nutricional, sustentável e simbólica. Essas categorias, definidas a priori, foram utilizadas para analisar as mensagens dos guias alimentares por meio da metodologia de análise de conteúdo com auxílio do software NVivo 11.0. Outras categorias poderiam emergir da análise dos guias. As mensagens também foram classificadas conforme abordagem em orientações positivas e/ou propositivas (por propor alternativas ao consumo) e orientações explicativas. A análise da percepção sobre alimentação saudável foi realizada por meio de entrevista em profundidade com uso da técnica de foto-elicitação. Os indivíduos foram selecionados por intermédio de questionário online divulgado nas mídias sociais do pesquisador, redes de contato e universidade. A amostragem foi intencional visando identificar indivíduos responsáveis por fornecer a descrição mais informativa do fenômeno. Desse modo, os critérios de inclusão consistiram em: ter idade de 20 a 60 anos, ser responsável pelas compras de alimentos em casa, considerar-se pessoa que busca/tem alimentação saudável e aceitar participar da pesquisa. Os indivíduos selecionados foram convidados a participar da segunda etapa da pesquisa e, em caso de aceite, foram orientados via e-mail para o registro fotográfico de sua alimentação. Após aproximadamente duas semanas e com o registro de pelo menos dez fotos por participante, foram agendadas as entrevistas, individuais e face a face. De modo complementar, foram utilizados estímulos visuais, selecionados pelo próprio pesquisador. A amostragem foi definida por saturação; dessa forma, a etapa de seleção e a de entrevista ocorreram em paralelo. Foi efetivada análise temática dos dados com auxílio do software NVivo 11.0. Do total de 1982 mensagens analisadas em noventa guias alimentares, 73,9% eram de cunho nutricional. Menos da metade dos guias

(n=40) abordaram aspectos simbólicos ou sustentáveis. A maioria das questões sustentáveis estava relacionada a recomendações a cerca de alimentos frescos e/ou naturais (24 recomendações, dezessete guias). Enquanto questões simbólicas estavam relacionadas principalmente com a valorização da cultura e do ato de cozinhar (24 recomendações, onze guias). As orientações eram expostas em sua maioria de maneira propositiva, como estímulo ao consumo. Em menor proporção foram observadas orientações explicativas, em que o texto mencionava a importância e a justificativa da realização da ação incentivada. Os guias alimentares analisados centram suas recomendações na qualidade nutricional do alimento, não associando aspectos sustentáveis e simbólicos como parte de uma alimentação saudável. Do mesmo modo, a abordagem nutricional foi prioritária na percepção sobre alimentação saudável dos indivíduos entrevistados. A análise temática resultou em seis categorias substanciais: (1) O que é alimentação saudável ou não saudável. (2) Motivações para alimentação saudável. (3) Caminhos para alimentação saudável. (4) Barreiras e impeditivos para alimentação saudável. (5) Confrontos, divergências e conflitos. (6) Resultado das mudanças na alimentação. Questões sustentáveis foram pontuadas como caminho para busca de alimentação saudável, porém ainda não estavam incorporadas na rotina dos indivíduos, ficando mais restritas ao campo das reflexões e desejos. E, quando já incorporadas de alguma forma no dia a dia dos indivíduos, as motivações foram relacionadas a questões de saúde e não à sustentabilidade, a exemplo da compra de orgânicos. Aspectos simbólicos, apesar de considerados importantes, não foram percebidos como parte do conceito do saudável. Com base nos resultados obtidos, concluímos que tanto os guias alimentares quanto os indivíduos pouco reconhecem aspectos sustentáveis e simbólicos como parte de uma alimentação saudável. Assim sendo, reforça-se a importância de uma abordagem que considere a promoção de uma alimentação saudável englobando diversas dimensões, sejam nutricionais, sustentáveis e simbólicas. Os resultados deste trabalho servem para o aprimoramento de documentos oficiais de promoção de uma alimentação saudável, visando suprir as fragilidades identificadas nos guias alimentares no que se refere a aspectos simbólicos e sustentáveis. Além disso, fornecem subsídios para o desenvolvimento de programas, políticas e ações de promoção de uma alimentação saudável, bem como para que profissionais de saúde pensem na promoção de uma alimentação saudável de modo mais holístico e visando práticas alimentares saudáveis mais conscientes. Os resultados do estudo de percepção ainda possibilitam identificar aspectos que poderiam ser prioritários para ações de alimentação na sociedade.

Palavras-chave – Nutriente, Sustentabilidade, Diretrizes dietéticas, Cultura.

## ABSTRACT

FABRI, Rafaela Karen. **Symbolic and sustainable aspects of healthy eating in food guides and in the perception of adults living in Florianópolis and food guides**. Florianópolis, 2020. Tese (Doutorado em Nutrição) – Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2020.

This research aimed to identify how the symbolic and sustainable aspects are present in the food guides and are perceived as part of a healthy diet for adults living in Florianópolis. The research was carried out in two independent stages: analysis of food guides and analysis of the perception of healthy eating. The research was carried out in two independent stages: analysis of food guides and analysis of the perception of healthy eating. To analyze the food guides, a narrative review was carried out to define the pre-analysis categories, these being related to the nutritional, sustainable and symbolic dimensions. These categories defined a priori were used to analyze the messages of the food guides through the content analysis methodology in the NVivo 11.0 software. Other categories could emerge from the analysis of the guides. The messages were also classified according to the approach in positive and / or propositional orientations (for proposing alternatives to consumption) and explanatory orientations. The analysis of the perception of healthy eating was carried out through an in-depth interview using the photo-elicitation technique. Participants were selected by an online questionnaire published on social media and contact networks of the researcher and the university's website. The sampling was intentional for a more informative description of the phenomenon. Thus, the inclusion criteria were: being between 20 and 60 years old, being responsible for purchases, considering yourself a person who seeks / has a healthy diet and accepting to participate in the research. The pre-selected participants were invited to participate in the second stage of the research and received guidelines for the photographic record of their food. Individual interviews were conducted with at least 2 weeks of photographic record or at least 10 photos for each participant. In addition, some images were selected by the researcher himself as visual stimuli. Sampling was defined by saturation. Thus, the selection of participants and an in-depth interview took place at the same time. Thematic data analysis was performed with NVivo 11.0 software. Of the total of 1982 messages analyzed in 90 food guides, 73.9% were of a nutritional nature. Less than half of the guides (n = 40) addressed symbolic or sustainable aspects. Most of the sustainable issues were related to recommendations on fresh and / or natural foods (24 recommendations, 17 guides). While symbolic issues were mainly related to the appreciation

of culture and the act of cooking (24 recommendations, 11 guides). Sustainable and symbolic recommendations were presented mainly in a positive/purposeful way, as a stimulus to consumption. In a smaller number, explanatory guidelines were observed, in which the text mentioned the importance and justification for carrying out the encouraged action. The food guides analyzed focus their recommendations on the nutritional quality of food, not associating sustainable and symbolic aspects as part of a healthy diet. Thematic analysis resulted in 6 substantial categories: (1) What is healthy or unhealthy eating, (2) Motivations for healthy eating, (3) Paths for healthy eating, (4) Barriers and impediments to healthy eating, (5) Confrontations, disagreements and conflicts and (6) Result of changes in food. Sustainable issues were pointed out as a way to search for healthy eating, but they were not yet incorporated into the routine of individuals, being more restricted to the field of reflections and desires. And, when already incorporated in some way in the daily lives of individuals, the motivations were related to health issues and not to sustainability, such as the purchase of organics. Symbolic aspects, although considered important, were not perceived as part of the concept of healthy. From the results obtained, we conclude that both food guides and individuals hardly recognize sustainable and symbolic aspects as part of a healthy diet. Thus, it reinforces the importance of an approach that considers the promotion of a healthy diet, covering different dimensions of food, whether nutritional, sustainable and symbolic. The results of this work serve to improve official documents to promote healthy eating, with the aim of addressing the weaknesses identified in the food guides in relation to symbolic and sustainable aspects. In addition, it provides subsidies for the development of programs, policies and actions to promote healthy eating, as well as for health professionals, to think about promoting healthy eating that considers a more holistic view, aiming at more conscious healthy eating practices. The results of the perception study also make it possible to identify aspects that may be a priority for feeding actions with society.

Keywords: Nutrient, Sustainability, dietary guidelines, Culture.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Síntese da estrutura geral da tese .....	27
Figura 2 – Pirâmide tridimensional (face Alimentação e Nutrição) para estilo de vida saudável elaborada pela Fundação Ibero-Americana de Nutrição .....	67
Figura 3: Etapas da pesquisa – Foto-elicitação.....	115
Figura 4 – Fotos similares registrada por um dos participantes, representando que somente uma delas foi explorada mais a fundo no momento da entrevista. ....	119
Figura 5 – Foto registrada por um dos participantes, a partir da qual foi possível iniciar a discussão sobre alimento transgênico (milho).....	120
Figura 6 – Procedimentos para realização da análise temática.....	123

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Descritores utilizados para a identificação da lacuna teórica e elaboração do referencial teórico.....	29
Quadro 2 – Identificação da lacuna teórica – Resultado da busca realizada na base de dados <i>Scopus</i> associando os diferentes grupos de termos (A AND B AND C AND D) e termos de exclusão.....	30
Quadro 3 – Combinações de termos utilizadas nas diferentes bases de dados para compor o estado da arte.....	31
Quadro 4 – Estudos selecionados para compor o estado da arte (continua).....	32
Quadro 5 – Aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável.....	71
Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (continua). ....	82
Quadro 7 – Estado da Arte. Estudos de revisão que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável .....	88
Quadro 8 – Estado da Arte. Estudo de revisão que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável (continua) .....	89
Quadro 9 – Aspectos associados a uma alimentação saudável e não saudável em estudos realizados com a população (continua). ....	97
Quadro 10: Categorias presentes em cada dimensão e referências que embasaram a classificação. ..	108
Quadro 11 – Termos e conceitos relacionados ao uso de dados visuais importantes para condução da pesquisa. ....	113
Quadro 12 – Variáveis, dimensões e indicadores relacionadas à caracterização da amostra.....	117

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CFN	Conselho Federal de Nutricionistas
DeCS	Descritores em Ciências da Saúde
DHAA	Direito Humano à Alimentação Adequada
FAO	Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura
FINUT	Fundação Ibero-Americana de Nutrição
FNDE	Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
GAPB	Guia Alimentar para a População Brasileira
LOSAN	Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional
MeSH	<i>Medical Subject Headings</i>
NUPPRE	Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições
OGM	Organismos Geneticamente Modificados
OMS	Organização Mundial da Saúde
PAA	Programa de Aquisição de Alimentos
PAAS	Promoção da Alimentação Adequada e Saudável
PARA	Programa de Análise de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos
PNAN	Política Nacional de Alimentação e Nutrição
PNSAN	Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
POF	Pesquisa de Orçamentos Familiares
PPGN	Programa de Pós-Graduação em Nutrição
SAN	Segurança Alimentar e Nutricional
UFSC	Universidade Federal de Santa Catarina

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>16</b>
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA.....	16
1.2 OBJETIVOS .....	20
<b>1.2.1 Objetivo geral .....</b>	<b>20</b>
<b>1.2.2 Objetivos específicos .....</b>	<b>20</b>
1.3 RELEVÂNCIA, ORIGINALIDADE E CONTRIBUIÇÃO PARA O CONHECIMENTO .....	21
1.4 ESTRUTURA GERAL DO DOCUMENTO .....	25
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA .....</b>	<b>28</b>
2.1 PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS NA ALIMENTAÇÃO CONTEMPORÂNEA .....	33
<b>2.1.1 Características da produção e consumo de alimentos no Brasil.....</b>	<b>33</b>
<b>2.1.2 Reflexos da alimentação contemporânea para a saúde .....</b>	<b>38</b>
<b>2.1.3 Reflexos da alimentação contemporânea para o ambiente .....</b>	<b>40</b>
2.2 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: CONCEITOS, DEFINIÇÕES E ESTRATÉGIAS .....	43
<b>2.2.1 Promoção de Alimentação Saudável e Adequada no contexto de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional .....</b>	<b>43</b>
<b>2.2.2 Dimensões simbólica e sustentável da alimentação saudável.....</b>	<b>49</b>
<i>2.2.2.1 Dimensão Simbólica .....</i>	<i>49</i>
<i>2.2.2.2 Dimensão Sustentável.....</i>	<i>56</i>
<b>2.2.3 Estratégias para promoção da alimentação saudável articulando dimensões simbólica e sustentável .....</b>	<b>65</b>
2.3 SIGNIFICADOS ATRIBUÍDOS À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL .....	72
<b>2.3.1 Influência da alimentação saudável nas práticas alimentares .....</b>	<b>72</b>
<b>2.3.2 Concepções e significados atribuídos a alimentação saudável.....</b>	<b>76</b>
<b>3 MÉTODO .....</b>	<b>105</b>
3.1 INSERÇÃO DO ESTUDO .....	105
3.2 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO E ABORDAGEM METODOLÓGICA.....	105
3.3 ETAPAS DA PESQUISA E PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	106
<b>3.3.1 Análise dos guias alimentares – Etapa 1 .....</b>	<b>107</b>
<i>3.3.1.1 Seleção da amostra.....</i>	<i>107</i>

3.3.1.2 Tratamento e análise de dados dos guias alimentares .....	107
<b>3.3.2 Análise da percepção sobre alimentação saudável – Etapa 2 .....</b>	<b>110</b>
3.3.2.1 O uso de dados visuais em pesquisa qualitativa e a técnica de foto-elicitação.....	110
3.3.2.2 O papel do pesquisador na condução das entrevistas e uso de imagens.....	112
3.3.2.3 Etapas da pesquisa.....	114
3.3.2.4 Seleção e caracterização dos sujeitos.....	116
3.3.2.5 Coleta de dados - Entrevista Foto-Elicitação.....	118
3.3.2.6 Tratamento e Análise dos dados .....	122
3.4 PROCEDIMENTOS ÉTICOS .....	124
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>125</b>
4.1 ARTIGO 1 .....	125
4.2 ARTIGO 2 .....	146
4.3 ARTIGO 3 .....	173
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>203</b>
5.1 PONTOS FORTES E LIMITAÇÕES DA TESE .....	203
5.2 CONCLUSÕES .....	205
<b>5.2.1 Conclusões sobre o percurso de formação da doutoranda .....</b>	<b>205</b>
5.2.1.1 Estágio de Doutorado Sanduíche.....	206
5.2.1.1.1 Atividades principais desenvolvidas durante o Estágio de doutorado sanduíche.....	207
5.2.1.1.2 Atividades complementares .....	208
5.2.1.1.3 Considerações finais sobre estágio de Doutorado Sanduíche.....	208
<b>5.2.2 Conclusões do estudo.....</b>	<b>209</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>212</b>
<b>APÊNDICES.....</b>	<b>244</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>249</b>

“O que vale na vida não é o ponto de partida e sim a caminhada.  
Caminhando e semeando, no fim terás o que colher”.

Cora Coralina

“A consciência da ignorância é o começo da dúvida que conduz à sabedoria”

Viagens de Theo

## 1 INTRODUÇÃO

### 1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

A alimentação da população em diversas regiões do mundo, principalmente ocidental, tem se caracterizado por modificações nos padrões de produção (UNITED KINGDOM, 2011; ETIÉVANT, 2012) e consumo de alimentos (POPKIN, 2006, 2015; FAO, 2012; POULAIN, 2012; IMAMURA et al., 2015; SROUR, et. Al, 2019), levando a uma padronização das práticas alimentares contemporâneas (GARCIA, 2003; HERNANDEZ, 2005; MALUF, 2007; POULAIN, 2012). Observa-se um elevado consumo de alimentos industrializados com altos teores de açúcar, gordura (principalmente saturada e trans) e sódio (POPKIN, 2006; 2015; POULAIN, 2012; BRASIL, 2011; WHO, 2013; 2015a); bem como de alimentos com grandes quantidades de resíduos de agrotóxicos (FAO, 2012; HERRIGAN; LAWRENCE; WALKER, 2002; JOHNSTON et al., 2014) e geneticamente modificados (CORTESE et al., 2018). Ademais, há uma descaracterização da alimentação tradicional, perda da diversidade cultural e uniformização dos hábitos alimentares (POULAIN, 2004; 2012; BOTELHO, 2006; CASTRO, 2015), resultando em uma dieta composta basicamente dos mesmos alimentos.

Por outro lado, cresce também a preocupação da população com a saúde e o interesse por etapas anteriores, como a produção e comercialização de alimentos. Verifica-se também um maior interesse por alimentos tradicionais, parte da cultura alimentar, alimentos locais, orgânicos, associados a um local de origem (JORDANA, 2000; NOSI; PIENIAK, et al., 2009; GUERRERO et al., 2009; VANHONACKER et al., 2010; ALMLI, et al., 2011).

Apesar disso, o cenário atual de produção e consumo resulta em um quadro preocupante tanto para a saúde quanto para o ambiente. Observa-se altos índices de sobrepeso e obesidade, associado a doenças crônicas não transmissíveis e mortes por essas doenças (BRASIL, 2011; WHO, 2014), ocorrendo em paralelo com índices também elevados de pessoas em situação de fome e desnutrição (NAÇÕES UNIDAS, 2000; 2015). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 28 países possuem índices de obesidade da população superiores a 30%. O sobrepeso afeta mais de 60% da população em aproximadamente 40 países e entre 40 a 60% da população em aproximadamente 70 países. As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis por 60% de todas as mortes no mundo e 72% de todas as mortes no Brasil (WHO, 2014; MALTA et al., 2013; 2016). Em termos ambientais, ressalta-se degradação do solo, desequilíbrio ecológico, redução biodiversidade, dentre outros aspectos relacionados a

monoculturas com uso de agricultura intensiva com liberação cada vez maior de resíduos químicos (solo, ar, água) (FAO, 2013; CHARRONDIERE, 2013). Soma-se a isso o fato de que o modo de produção e consumo atual irá interferir na redução da disponibilidade de alimentos no futuro, podendo agravar ainda mais a situação de fome e desnutrição (SPRINGMANN et al., 2016).

Desse modo, a promoção de padrões alimentares saudáveis é apontada como uma prioridade global (IMAMURA et al., 2015), resultando em diversas estratégias/ações de promoção de uma alimentação saudável (oficiais ou não) em diferentes contextos e ambientes. Porém, observa-se que a promoção de uma alimentação saudável nem sempre contempla todos os aspectos necessários para que ocorra em paralelo com a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e, muitas vezes, é direcionada somente para aspectos nutricionais (WHO, 2004; 2013; BRASIL, 2012a; MOTAGNESE et al., 2015).

No marco teórico desse trabalho defende-se o conceito ampliado de Alimentação Saudável definido pelo Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional em 2007 por englobar diversas dimensões de uma alimentação saudável (CONSEA, 2007). Conforme esse conceito a alimentação saudável consiste em uma alimentação variada e equilibrada, que considere as necessidades do indivíduo de acordo com seu ciclo de vida, mas que também seja prazerosa e tenha como base o referencial tradicional local e respeite as diversidades de gênero e etnia. Ainda, destaca a importância de realizar escolhas que respeitem formas de produção sustentáveis, livres de contaminantes e de organismos geneticamente modificados. Sob esse aspecto, reforça-se a importância de políticas, ações e estratégias que consideram diferentes dimensões para se alcançar uma alimentação saudável, articulando-se com o conceito de Segurança Alimentar e Nutricional.

Os Guias alimentares são instrumentos criados para auxiliar (direta ou indiretamente) as populações em suas escolhas alimentares, sendo desenvolvidos por diversos países de acordo com a realidade e especificidades dos mesmos (FAO, 2016a; MARTINS; FREIRE, 2008). De acordo com a FAO, são instrumentos que podem servir para orientar uma ampla gama de políticas e programas de educação em alimentos e nutrição, saúde, agricultura e nutrição; portanto, representa uma oportunidade única de impactar favoravelmente as dietas e o sistema alimentar, da produção ao consumo (FAO, 2016a). No entanto, em análise realizada pela Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), somente quatro guias se destacaram por apresentarem orientações para alimentação sustentável, sendo esses da Alemanha, do Brasil, da Suécia e do Qatar (FAO, 2016c). Revisão realizada por Montagnese et al. (2015) de 34 guias alimentares europeus identificou que as mensagens base para

alimentação saudável versavam sobre: consumir quantidades adequadas de grãos, legumes e frutas com ingestão moderada de gorduras, açúcares, carnes, bebidas calóricas e sal. Apesar dessa indicação de mensagens prioritariamente nutricionais nas estratégias de promoção de uma alimentação saudável, não se sabe como e quais mensagens presentes nos guias alimentares contemplam aspectos simbólicos e sustentáveis de uma alimentação saudável.

Porém, ao se pensar em alimentação saudável, outros aspectos além do nutricional e/ou restritivo parecem não estar muito bem incorporados nas recomendações (GIL et al., 2015). É reconhecida a importância do conteúdo nutricional para avaliação/promoção de práticas alimentares saudáveis (HOE et al., 2014), principalmente diante do histórico de aumento de DCNT. Autores referem que essa não pode ser a única abordagem para classificar a alimentação em saudável ou não (JOHNSTON et al., 2014; RIZK; TREAT, 2014; GIL et al., 2015), pois parecem não ser suficientes.

Para além do impacto negativo do padrão atual de alimentação na saúde, a exemplo do aumento das DCNT, tem ocorrido uma perda constante da biodiversidade (populações, espécies, *habitats*) (GUSSOW; CLANCY, 1986; JOHNSTON et al., 2014; ALLEN et al., 2014); redução na diversidade cultural alimentar (HERNANDEZ, 2005; MALUF, 2007; POULAIN, 2012); perdas nutricionais dos alimentos (GUSSOW; CLANCY, 1986; JOHNSTON et al., 2014; ALLEN et al., 2015); e distanciamento entre produção e consumo (MALUF, 2007; AZEVEDO, 2008; POULAIN, 2012; JOHNSTON et al., 2014).

Nesse contexto, estudos discutem a necessidade de recomendações que contemplem a problemática de produção e consumo atuais, englobando a relação entre dieta, saúde e meio ambiente (WILSON et al., 2013; ALLEN et al., 2014; JOHNSTON et al., 2014; GIL et al., 2015). Incorporar questões ambientais nas recomendações para alimentação saudável tem sido apontada como chave para políticas de nutrição (HAMMOND; DUBÉ, 2012; JOHNSTON et al., 2014; GIL et al., 2015).

A FAO incorpora fortemente questões de sustentabilidade em suas recomendações. Traz o conceito de dieta sustentável, a qual deve ser economicamente justa, nutricionalmente adequada, segura e saudável, culturalmente aceitável e de baixo impacto ambiental, para preservação e manutenção da saúde população e do ambiente (FAO, 2012). Para tal é necessário incentivar dietas que valorizem alimentos que fazem parte da tradição e cultura; agriculturas e práticas tradicionais e variedades locais, de modo a ajudar na preservação da biodiversidade (FAO, 2012).

Além disso, a alimentação é um fenômeno complexo. Portanto, as dietas não servem apenas para fornecer alimento, com o cunho biológico de nutrir, como também são

influenciadas pelo seu papel simbólico (POULAIN, 2012). Assim, referenda-se a importância da dimensão simbólica da alimentação saudável e destaca-se a ausência de um conceito já estabelecido relacionado a essa dimensão, principalmente de modo atrelado a aspectos da alimentação saudável. No entanto, de acordo com o embasamento teórico utilizado para a construção desta pesquisa, a dimensão simbólica da alimentação considera como importante os aspectos sensoriais como cor, sabor, odor e aparência do alimento e/ou preparação. Reconhece que o comer envolve a compreensão dos significados que o alimento tem para o indivíduo de acordo com o contexto social e cultural no qual está inserido (PROENÇA et al., 2005; POULAIN, 2012).

A literatura aponta um crescente interesse dos consumidores por alimentação saudável (SCHERMEL et al., 2014). Alimentos considerados saudáveis ou com “apelo” de saudável consistem em um dos fatores que influenciam as escolhas (STEPTOE et al., 1995; BECH-LARSEN; GRUNERT, 2003; EERTMANS, et al., 2006; LANDSTROM, et al. 2007; GRUNERT; WILLS; FERNÁNDEZ-CELEMÍN, 2010). No entanto, observa-se uma dificuldade de compreensão do que é saudável (PAQUETTE, 2005; SKERRET; WILLETT, 2010; IMAMURA et al., 2015), principalmente considerando o contexto global apontado anteriormente. Ainda, existe uma lacuna entre o que é recomendado e percebido pela população, apesar da compreensão das principais mensagens dos guias (HAMMER et al., 2015).

É referida uma homogeneidade nas percepções sobre alimentação saudável, que parecem ainda não incorporar dimensões simbólicas e sustentáveis importantes. Paquette (2005) e Bisogni et al. (2012) em estudos de revisão sobre percepção de uma alimentação saudável identificaram concepções relacionadas, principalmente, com a presença de frutas e legumes; alimentos naturais e integrais; restrição de gordura; açúcar e sal e dieta com poucas calorias. Outros estudos indicaram percepção semelhante<sup>1</sup> em diversos países como Brasil, El Salvador, Buenos Aires, Canadá, Estados Unidos, Holanda, China.

Nesse sentido, ao pensar em alimentação saudável, considerando as dimensões nutricionais, sustentável e simbólica, percebe-se que os aspectos nutricionais estão bem incorporados nas recomendações. Ainda, os estudos com a população demonstram que grande parte das mensagens com foco nutricional são compreendidas como parte de uma alimentação saudável, apesar de dificuldades práticas, principalmente relacionadas a tamanho de porção,

---

<sup>1</sup> POVEY, 1995; CHAN et al., 2009; TORAL; CONTI; SLATER, 2009; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011; ELL et al., 2012; LUCAN et al., 2012; RONTELTAP et al., 2012; FUSTER et al., 2013; SCHOENBERG, 2013; FREIDIN, 2016; ROMEIKE et al., 2016; PAQUETTE, 2005; PROVENCHER; JACOB, 2016; FALK; SOBAL; BISOGNI; CONNORS; DEVINE, 2001; SILVA; FRAZÃO; OSÓRIO; VASCONCELOS, 2015

quantidade e escolha de produtos industrializados. Já aspectos sustentáveis e simbólicos ainda não estão muito bem incorporados nas recomendações desconhecendo como a população relaciona ou incorpora esses aspectos ao se pensar em uma alimentação saudável.

Ainda, para a promoção da alimentação saudável é importante entender como é percebida a relação entre padrões de consumo nutricionalmente adequados e saudáveis, práticas sustentáveis e cultura alimentar, uma vez que os modelos de produção e consumo atuais não são saudáveis e nem sustentáveis. A **lacuna teórica** desse estudo centra-se no seu objetivo de identificar *se* e *como* aspectos simbólicos e sustentáveis estão presentes nos guias alimentares para a promoção de uma alimentação saudável, bem como investigar a percepção sobre alimentação saudável de indivíduos adultos e o quanto estes incorporam aspectos simbólicos e sustentáveis à essas percepções. Ressalta-se que essa abordagem ainda não foi identificada na literatura. Desse modo, a pergunta de partida desta tese foi:

**Como aspectos simbólicos e sustentáveis são compreendidos e incorporados aos guias alimentares e às percepções sobre alimentação saudável de indivíduos adultos de Florianópolis?**

## 1.2 OBJETIVOS

### 1.2.1 Objetivo geral

Identificar como os aspectos simbólicos e sustentáveis são compreendidos e incorporados nas mensagens dos guias alimentares e à percepção sobre alimentação saudável de indivíduos adultos de Florianópolis.

### 1.2.2 Objetivos específicos

- a) Analisar as recomendações presentes em Guias alimentares para alimentação saudável direcionados a população, considerando aspectos das dimensões nutricionais, simbólicas e sustentáveis da alimentação;
- b) Identificar e caracterizar a abordagem de aspectos simbólicos e sustentáveis nas mensagens de guias alimentares;

- c) Explorar as concepções sobre alimentação saudável de indivíduos adultos de Florianópolis e como questões simbólicas e sustentáveis são percebidas e incorporadas à percepção sobre alimentação saudável.

### 1.3 RELEVÂNCIA, ORIGINALIDADE E CONTRIBUIÇÃO PARA O CONHECIMENTO

Os modelos divergentes de produção agrícola e os atuais padrões de consumo da população resulta em um cenário no qual índices elevados de sobrepeso e obesidade ocorrem em paralelo a altos níveis de desnutrição. Observa-se também os impactos para o ambiente resultantes do sistema de produção com base em agricultura intensiva em monoculturas com liberação de resíduos químicos (solo, ar, água), levando a maior degradação solo, desequilíbrio ecológico e redução biodiversidade. Ainda, há uma uniformização dos modos de vida, perda da identidade cultural, desvalorização do conhecimento agrícola tradicional e hábitos de saber fazer local (GARCIA, 2003; HERNANDEZ, 2005; BRASIL, 2011; FORESIGHT, 2011; FAO, 2012; WHO, 2013;2015; JHONSTON et al., 2014; GIL, et.al, 2015; CASTRO, 2015).

Assim, é evidente a necessidade de ampliar a discussão acerca das recomendações para o consumo de alimentos mais saudáveis, que englobem dimensões nutricionais, econômicas, sociais, simbólicas e sustentáveis. O modo de consumo atual irá interferir na redução da disponibilidade de alimentos no futuro, podendo agravar ainda mais a situação de fome e desnutrição (SPRINGMANN et al., 2016).

Como já destacado, historicamente a promoção de práticas alimentares saudáveis tem sido centrada em aspectos quase que exclusivamente nutricionais: aumento no consumo de determinados alimentos e/ou nutrientes e restrição de outros. Com esse tipo de informação, a população compreende como saudável, principalmente aspectos como: maior consumo de frutas, legumes e verduras, alimentos integrais e redução no consumo de sal, açúcar e gorduras (PAQUETTE, 2005; BISONGI et al., 2012; FUSTER, M et al., 2013; SCHOENBERG et al. 2013). Contudo, restringir a alimentação saudável ao âmbito nutricional pode levar a uma banalização e ao reducionismo do conceito de alimentação saudável, podendo dificultar a compreensão do mesmo e a aplicação das recomendações já existentes no nível das práticas alimentares, bem como distanciar a população das demais dimensões simbólicas e sustentáveis da alimentação saudável.

Nesse contexto, a promoção de uma alimentação saudável tem sido apontada com uma prioridade global. No entanto, questiona-se o que tem sido compreendido e promovido como alimentação saudável e o quanto está alinhado aos princípios de promoção da SAN. Nesse

trabalho defende-se que a promoção de uma alimentação saudável deve incorporar a abordagem conjunta e equilibrada das diversas dimensões que envolvem uma alimentação, sendo essas: nutricionais, simbólicas, sustentáveis, higiênico-sanitárias, sensoriais, políticas, sociais, dentre outras (POULAIN, 2012; AZEVEDO, 2015; CASTRO, 2015) e será dado ênfase para a compreensão de aspectos das dimensões simbólica e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável.

A dimensão simbólica relaciona-se, dentre outros aspectos, com o significado que o indivíduo atribui ao alimento como parte de suas relações culturais e sociais, individuais ou em grupo (POULAIN, 2012). Já uma alimentação que contemple aspectos da dimensão sustentável deve ser nutricionalmente adequada, economicamente justa, culturalmente aceitável, de baixo impacto ambiental para preservação/manutenção da saúde população e ambiente (FAO, 2012).

Assim, para um alimento ser considerado saudável precisa ser produzido em um sistema alimentar ambientalmente sustentável, socialmente justo e economicamente viável, de modo a garantir a segurança alimentar da população como um todo (HCWH, 2016) e favorecer o desenvolvimento sustentável (FAO, 2012; BRASIL, 2014; LOWDER; SKOET; SINGH, 2014). Do mesmo modo, não condiz com a prática de promoção de uma alimentação saudável a supervalorização de determinado alimento em função das suas características nutricionais ou funcionais. Ações nesse sentido somadas à constante busca por um padrão de estética imposto pela mídia favorecem o surgimento de “dietas milagrosas” ou superalimentos, não atendendo as dimensões de uma alimentação saudável (BRASIL, 2006a).

Diversos são os fatores que podem influenciar nas escolhas alimentares (JOMORI, PROENÇA, CALVO, 2006; POULAIN, 2012; FREIDIN, 2016). O interesse por alimentos saudáveis ou com apelo de saudável se constitui em uma importante influência nessas escolhas (STEPTOE; POLLARD; WARDLE, 1995; BECH-LARSEN; GRUNERT, 2003; EERTMANS et al., 2006; LANDSTROM et al., 2007; VERMEIR; VERBEKE, 2008; GRUNERT; WILLS; FERNANDEZ-CELEMIN, 2010; SCHERMEL et al., 2014). No entanto, acredita-se que a compreensão de uma alimentação saudável incorporando questões ambientais, culturais e sociais pode favorecer efetivação de escolhas mais saudáveis. Porém, não se tem o conhecimento de como os consumidores têm reconhecido aspectos simbólicos e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável. Ademais, a maioria das abordagens e estudos sobre percepção e escolhas alimentares saudáveis buscam investigar exclusivamente questões nutricionais. De modo diferenciado, pretendemos com esse estudo explorar as mensagens para a promoção saudável presente nos guias alimentares e o que os indivíduos percebem como parte

de uma alimentação saudável, buscando identificar *se, como e porque* aspectos simbólicos e sustentáveis *são* ou *não* compreendidos como parte de uma alimentação saudável.

A necessidade dessa análise é reforçada a partir da atual situação nutricional da população. Apesar das crescentes recomendações sobre alimentação saudável, cresce cada vez mais o número de pessoas com excesso de peso e obesidade, além de doenças correlacionadas como Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), câncer, alergias, dentre outras (WHO, 2014; MALTA et al., 2013; 2016). Observa-se o aumento no consumo de alimentos industrializados, com altos teores de sódio, açúcares, aditivos alimentares (POPKIN, 2006; 2015; POULAIN, 2012; BRASIL, 2011; WHO, 2013; 2015a), agrotóxicos (FAO, 2012; HARRIGAN; LAWRENCE; WALKER, 2002; JOHNSTON et al., 2014) e ingredientes transgênicos derivados de milho e soja (CORTESE et al., 2018). Recomendações para promoção de alimentação saudável incentivam, por exemplo, o consumo maior de frutas, legumes e verduras, no entanto, esse consumo ainda é baixo e sabe-se do uso excessivo e, muitas vezes irregular, de agrotóxicos nesses produtos (e também naqueles industrializados).

Em paralelo, o mundo globalizado encontra-se em um processo de crise ambiental. Os padrões de produção e consumo de alimentos atuais são apontados como insustentáveis e também não podem ser considerados saudáveis. Agrotóxicos e transgênicos estão associados a doenças agudas e crônicas na população, contaminação de solo e água, dependência do produtor a grandes empresas; dentre outros. O consumo de alimentos que percorrem uma cadeia longa de produção, distanciando produtor e consumidor, está associado à desvalorização do produtor, maior emissão de gases no transporte e processamento; e maior desperdício de nutrientes e alimentos. Por outro lado, cresce também a preocupação da população com a saúde e o interesse por etapas anteriores, como a produção e comercialização de alimentos. Verifica-se também um maior interesse por alimentos tradicionais, parte da cultura alimentar, alimentos locais, orgânicos, associados a um local de origem.

Dado as características dominantes de produção e consumo do atual sistema alimentar, pode-se inferir que delineiam um quadro preocupante tanto para a saúde quanto para o ambiente (WHO, 2012; FAO, 2013; WHO, 2015; UNEP, 2012). É emergencial e atual a necessidade de incentivo a ações de promoção da alimentação saudável e adequada, atrelada à sustentabilidade e às metas para desenvolvimento sustentável (FAO, 2012; GIL et al., 2015), bem como a valorização da cultura alimentar, do prazer do comer; dentre outros aspectos envolvidos nas dimensões sustentáveis e simbólicas (POULAIN, 2012; CASTRO, 2015).

**A relevância da proposta** consiste na necessidade de incorporar questões simbólicas e sustentáveis no contexto de uma alimentação saudável, diante das modificações nos padrões de

produção, consumo e perfil alimentar e nutricional da população. Além das consequências dessas tanto para a saúde quanto para o ambiente; das dificuldades de compreensão sobre a temática alimentação saudável, do crescente interesse da população por alimentos saudáveis; do histórico de recomendações com foco em questões nutricionais e restritiva e pouca aproximação com questões sustentáveis e simbólicas. Nesse sentido, destaca-se a importância de entender como aspectos sustentáveis e simbólicos são ou não compreendidos e incorporados na percepção dos indivíduos sobre alimentação saudável e nos guias alimentares.

A originalidade desse trabalho consiste no fato de que não foram identificados, até o momento, na literatura científica brasileira e internacional, estudos que avaliassem a percepção sobre alimentação saudável correlacionando aspectos simbólicos e sustentáveis. Apesar da existência de estudos sobre percepção do consumo de alimentos orgânicos, percepção sobre alimentos tradicionais, entre outros, esses não buscaram fazer essa análise sob a luz do que seria compreendido como saudável (BISOGLI, C. A.; JASTRAN, M.; SELIGSON, M.; THOMPSON, 2012); FREIDIN, B., 2016); LUCAN, S. C.; BARG, F. K.; KARASZ, A.; PALMER, C. S.; LONG, J. A., 2012).

Destaca-se a originalidade do método proposto, principalmente no que se refere ao uso da técnica de foto-elicitação, uma vez que consiste em uma técnica que busca compreender o problema de pesquisa com base na realidade do indivíduo, ainda pouco utilizada no âmbito da nutrição. Os efeitos positivos da foto-elicitação no processo de pesquisa qualitativa já foram descritos em pesquisas realizadas com indivíduos adultos (PAIN, 2012). Ainda, conforme resultados da busca sistemática apresentada no quadro 1, a abordagem qualitativa tem sido pouco utilizada para investigar a concepção sobre alimentação saudável e não foi identificado nenhum estudo brasileiro que buscasse avaliar os significados atribuídos a uma alimentação saudável, considerando o público investigado nesse estudo.

O embasamento científico é primordial para o desenvolvimento de políticas públicas que atuem para a melhoria da qualidade de vida das populações. Os guias alimentares consistem em instrumentos oficiais que servem como base para atuação de profissionais da saúde e ações em saúde pública e também buscam uma comunicação direta com a população (FAO, 2016a). Podem ser considerados instrumentos estratégicos para educação e promoção da alimentação saudável à população, considerando as preocupações atuais em relação à alimentação, saúde e ambiente. A análise dos guias alimentares possibilitou identificar semelhanças e diferenças entre as recomendações para uma alimentação saudável de diferentes países e identificar potencialidades ou fragilidades em relação a promoção de aspectos relacionados às dimensões simbólica e sustentável atrelados à promoção de uma alimentação saudável. A análise da

percepção de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável possibilitou identificar aspectos prioritários para intervenções futuras. Assim, esse trabalho pretende auxiliar para o fortalecimento dos indicadores das dimensões sustentáveis e simbólicas no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis, visto o amplo uso da terminologia saudável e o foco em parâmetros nutricionais. Ademais, serve de subsídio para a discussão sobre alimentação saudável no contexto de políticas públicas, programas, legislações sobre alimentação e nutrição e atuação do nutricionista, favorecendo o desenvolvimento de ações que atuem na promoção da SAN de modo integral. Também contribui para a compreensão dos significados atribuídos aos aspectos sustentáveis e simbólicos no contexto de uma alimentação saudável, auxiliando para que questões ambientais, culturais, sociais sejam incorporadas nas escolhas alimentares saudáveis. E fornece subsídios para que a FAO forneça orientações aos diferentes países quanto a inclusão de aspectos simbólicos e sustentáveis nos guias alimentares. A longo prazo, espera-se contribuir para a melhoria dos aspectos de produção e consumo do sistema alimentar atual.

#### 1.4 ESTRUTURA GERAL DO DOCUMENTO

O referencial teórico desta tese está estruturado em três capítulos centrais: “práticas alimentares saudáveis na alimentação contemporânea”, “alimentação saudável: conceitos, definições e estratégias” e “significados atribuídos ao saudável no contexto da alimentação contemporânea”.

Primeiramente, apresentam-se as características da alimentação e seus reflexos para saúde e ambiente. Nesse contexto, aborda-se a industrialização do sistema produtivo de alimentos, o distanciamento entre produção e consumo ampliando a demanda por alimentos industrializados com elevados teores de sódio, açúcar, gorduras, aditivos alimentares, agrotóxicos, ingredientes derivados de soja e milho (possivelmente transgênicos) e os impactos no sistema alimentar e saúde da população.

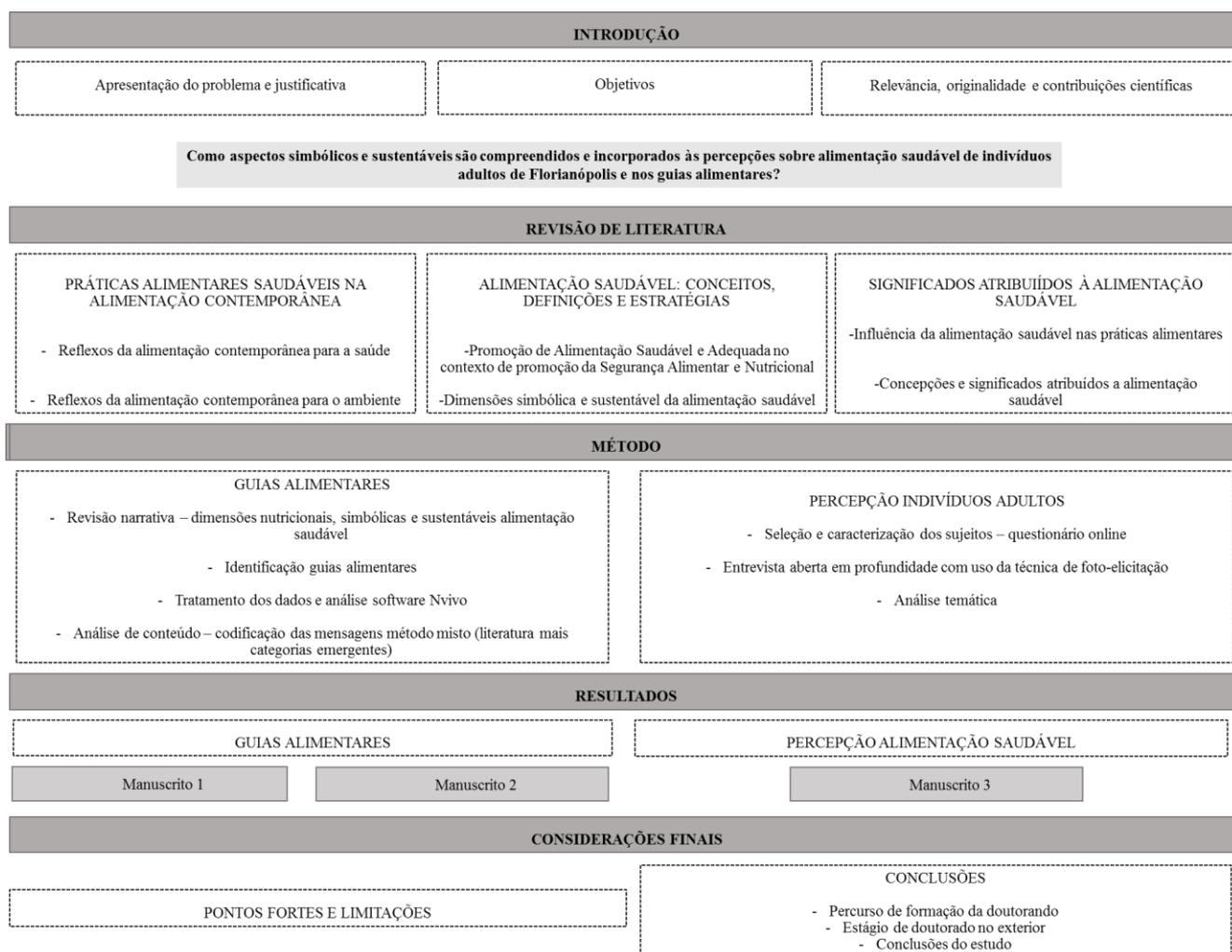
Posteriormente, são discutidos conceitos e definições presentes em estratégias nacionais e internacionais no contexto da promoção da Segurança Alimentar e Nutricional, apontando a abordagem prioritariamente nutricional em documentos oficiais. É apresentado o conceito sobre alimentação saudável adotado neste trabalho, com destaque para as dimensões simbólicas e sustentáveis de uma alimentação saudável. Os principais aspectos contemplados em cada uma das dimensões são elucidados e em seguida, discutem-se as estratégias que os aproximam da promoção da alimentação saudável.

No último capítulo, apresenta-se um panorama em relação a estudos que se propuseram a discutir percepção, crenças e valores sobre alimentação saudável. Diante da proposta desta tese, buscou-se discutir as concepções sobre alimentação saudável, identificando a compreensão e discussão de aspectos simbólicos e sustentáveis, associados aos nutricionais, tanto pelos indivíduos investigados, quanto pelos pesquisadores.

Na sequência é apresentada a proposta metodológica que se pretende utilizar para alcançar os objetivos propostos. Os capítulos finais descrevem os resultados e discussão, no qual são apresentados os 3 artigos resultantes da tese e considerações finais, contemplando pontos fortes, limitações e conclusões.

A figura 1 mostra a síntese da estrutura geral da tese.

Figura 1 – Síntese da estrutura geral da tese



Fonte: Elaborado pela autora (2020).

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

Para a construção da presente pesquisa foram realizadas buscas nas bases de dados *Scopus*, *Psycinfo*, *Assia* e *Scielo*, além de consultas no banco de dados de teses e dissertações da *Capes*, páginas como *Research Gate* e *Google Acadêmico*. Para a busca em inglês, inicialmente foram utilizados descritores *MeSH – Medical Subject Heading* e *DeCS – Descritores em Saúde*. A busca foi realizada no ano de 2016 e atualizada em 2018. Para a busca na língua inglesa foi adicionado o operador booleano *AND NOT* para exclusão de artigos com termos relacionados a doenças específicas (câncer, doenças cardiovasculares, diabetes, hipertensão, dentre outras) e público específico (crianças e gestantes), dentre outros.

Considerando os objetivos dessa pesquisa, os termos de busca utilizados foram relacionados à alimentação saudável, dimensão simbólica, dimensão sustentável e percepção. Outros termos utilizados foram relacionados à pesquisa qualitativa. Os grupos de termos estão apresentados no quadro 1. Na sequência são apresentadas as estratégias de busca.

Quadro 1 – Descritores utilizados para a identificação da lacuna teórica e elaboração do referencial teórico.

Grupos de Termos	Idioma	
	Português	Inglês
A- Alimentação saudável	Alimentação saudável, dieta saudável, alimento saudável, comer saudável, comida saudável, hábitos alimentares saudáveis, refeição saudável	<i>"health*food" OR "health*eat*" OR "health*diet*" OR "health*feed*" OR "health*meal" OR "healthy eating habits" OR "health*choice*" OR "health*food*consumption"</i>
B - Dimensão sustentável	Sustentabilidade, alimentação sustentável, dieta sustentável, práticas sustentáveis, práticas ecológicas, práticas ambientalmente amigáveis	<i>"Sustaina*diet*" OR "sustaina*food*" OR "sustaina*meal" OR "sustaina*dishe*" OR "sustaina*feed*" OR "sustaina*choice" OR "sustaina*eat*" OR "sustaina*pratices" OR "Eco-friendly practices" OR "Green practices" OR "Environmentally Friendly Practices"</i>
C- Dimensão simbólica	Alimentos regionais, pratos regionais, alimentos tradicionais, alimentação tradicional, gastronomia tradicional, cultura alimentar, herança cultural, alimentos típicos, pratos típicos, gastronomia típica	<i>"Regional food" OR "regional dish" OR "tradition*food" OR "tradition*feed*" OR "tradition*gastrono" OR "cultur*food" OR "cultur*feed" OR "cultur*diet*" OR "food cultur*heritage" OR "Gastrono*Heritage" OR "food heritage" OR "typic*food or typic*dishe" OR "typic*gastrono*"</i>
D- Percepção	Percepção, significados, atitude, crenças, valores, opinião, comportamento alimentar	<i>"perception" OR "values" OR "views" OR "meaning*" OR "interpret*" OR "concept*" OR "Opnion" OR "knowledge*" OR "beliaf*" OR emotion*</i>
E – Pesquisa qualitativa	Pesquisa qualitativa, entrevista semiestruturada, entrevista em profundidade, entrevista narrativa, entrevista aberta, foto-elicitação, foto voz, grupos focais, etnografia, representação social	<i>"qualitative research" OR "semi-structured interview" OR "in depht interview" OR "narrative interview" OR "open ended interview" OR "photo elicitation" OR "focus groups" OR "photo voice" OR "ethnografy" OR "social representation"</i>

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

A combinação da busca relacionando os quatro primeiros grupos de termos (A, B, C, D) identificou a lacuna no conhecimento. Foram encontrados 24 estudos, sendo seis relacionados à temática (Quadro 2)<sup>2</sup>, porém, foram todos estudos teóricos, ou seja, nenhum que investigou como a temática alimentação saudável vem sendo percebida pela população de modo associado a questões sustentáveis e simbólicas (lacuna). O resultado da busca também

<sup>2</sup> Os critérios de exclusão foram: artigos repetidos, artigos sobre alimentação saudável realizado com gestantes e crianças; relacionados a doenças específicas, de análise laboratorial, consumo de água, populações muito específicas, alimentos específicos, análise sensorial, atividade física. Foram incluídos artigos que trabalham relação da alimentação saudável incorporando diferentes dimensões, discutindo sobre percepções, práticas, comportamentos e recomendações sobre práticas alimentares saudáveis.

demonstrou a ascensão e atualidade da temática, visto que os estudos teóricos encontrados que discutiam a relação entre alimentação saudável, sustentabilidade e cultura eram datados de 2012 a 2015. E não foi encontrada uma definição de dimensão simbólica e sustentável para o conceito de alimentação saudável.

Quadro 2 – Identificação da lacuna teórica – Resultado da busca realizada na base de dados *Scopus* associando os diferentes grupos de termos (A AND B AND C AND D) e termos de exclusão.

Ano	Autores	Título	Tema
2015	Gil, A., et al.	The finut healthy lifestyles guide: Beyond the food pyramid   [Guia de estilos de vida saudáveis da FINUT: Além da pirâmide alimentar]	Promoção comportamento saudável/identificação de indicadores/determinantes: Saúde, sustentabilidade, Cultura Nutricional <i>versus</i> Sustentável
2015	Allen, T., et al.	Agricultural biodiversity, social-ecological systems and sustainable diets	
2014	Johnston et al.	Understanding sustainable diets: A descriptive analysis of the determinants and processes that influence diets and their impact on health, food security, and environmental sustainability	
2013	Wilson, N., et al.	Foods and Dietary Patterns That Are Healthy, Low-Cost, and Environmentally Sustainable: A Case Study of Optimization Modeling for New Zealand	Identificação de alimentos saudáveis considerando recomendações nutricionais, impacto ambiental e cultura
2012	Da Vico et al.	<b>Mediterranean diet:</b> Not only food   [Dieta mediterrânea: Non solo cibo].	"Pirâmide Alimentar Dupla": Saudável e sustentável.
2014	Bertuccioli, A.; Ninfali, P.	The <b>Mediterranean Diet</b> in the era of globalization: The need to support knowledge of healthy dietary factors in the new socio-economical framework	Interdependência entre as necessidades dietéticas, recomendações nutricionais, produção e consumo de alimentos. Tradição Alimentar

Fonte: Elaborado pela autora.

Para a composição do estado da arte foi realizada busca somente com os unitermos relacionados à alimentação saudável (grupo A) e percepção (grupo D), adicionando unitermos relacionados à pesquisa qualitativa (grupo E). Adicionalmente, visando contemplar estudos quantitativos sobre a temática, realizou-se uma busca sem os termos do grupo E, porém, limitada a documentos de revisão. As combinações utilizadas estão apresentadas no quadro 3. A busca na base de dados Scielo foi realizada considerando somente termos do grupo A.

Quadro 3 – Combinações de termos utilizadas nas diferentes bases de dados para compor o estado da arte.

Base de dados	Combinações de termos
Scopus PsyInfo Assia	<b>1. Busca utilizando termos dos grupos A, D e E</b>
	TITLE-ABS ("health* food" OR "health* eat*" OR "health* diet*" OR "health* feed*" OR "health* meal" OR "healthy eating habits" OR "health* choice*" OR "health* food* consumption*")
	<i>AND</i>
	TITLE-ABS ( "perception" OR "values" OR "views" OR "meaning*" OR "interpret*" OR "concept*" OR "Opnion" OR "knowledge*" OR "beliaf*" OR emotion )
	<i>AND</i>
	TITLE-ABS-KEY ( "qualitative research" OR "semi-structured interview" OR "in depht interview" OR "narrative interview" OR "open ended interview" OR "photo elicitation" OR "focus groups" OR "photo voice" OR "ethnografy" OR "social representation" )
	<i>AND NOT</i>
	TITLE-ABS-KEY ( "child*" OR "pregnan*" ) AND NOT KEY ( hiv OR cancer OR "diabe*" OR "high blood pressure" OR "high pressure" OR "hypercol*" ) AND NOT TITLE ( label* OR "nutrient profile" OR "claims" AND NOT TITLE ( disease OR disorder OR "mortali*" OR "obes*" OR hiv OR cancer OR "diabe*" OR "high blood pressure" OR "high pressure" OR "cardi*" OR "hypercol*" OR "dement*" ) ).
	<b>2. Busca utilizando os termos dos grupos A e D, limitada a documentos de revisão</b>
	TITLE-ABS ( "health* food" OR "health* eat*" OR "health* diet*" OR "health* feed*" OR "health* meal" )
<i>AND</i>	
TITLE-ABS ( "perception" OR "values" OR "views" OR "meaning*" OR "interpret*" OR "concept*" OR "Opnion" OR "knowledge*" OR "beliaf*" OR emotion )	
<i>AND</i>	
( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "re " )	

Fonte: Elaborado pela autora.

As buscas apresentadas no quadro 3 resultaram em 567 artigos (busca 1, termos do grupo A, D e E), sendo 341 na base Scopus, 103 na PsyInfo e 103 na Assia. Desses, 60 eram artigos repetidos entre as bases, resultando em 487 artigos. Soma-se a esses 169 artigos encontrados na busca limitada documentos de revisão e 1 proveniente da base *Scielo*. Após as exclusões por leitura do título, resumo e texto na íntegra, selecionou-se 15 estudos para compor o estado da arte (quadro 4).

Quadro 4 – Estudos selecionados para compor o estado da arte (continua)

<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Título</b>	<b>País</b>	<b>Periódico</b>
POVEY, R	1998	Lay interpretations of healthy eating	Inglaterra	Appetite
PAQUETTE, M. C.	2005	Perceptions of healthy eating: State of knowledge and research gaps	*	Canadian Journal of Public Health
CHAN, K.; PRENDERGAST, G.; GRØNHØJ, A.; BECH- LARSEN	2009	Adolescents' perceptions of healthy eating and communication about healthy eating.	Hong Kong	Health Education
TORAL, N.; CONTI, M. A.; SLATER, B.	2009	Healthy eating according to teenagers: Perceptions, barriers, and expected characteristics of teaching materials.	Brasil	Cadernos de Saúde Pública
KRAHN, V. M.; LENGYEL, C. O.; HAWRANIK, P.	2011	Healthy eating perceptions of older adults living in Canadian rural and northern communities	Canadá	Journal of Nutrition in Gerontology and Geriatrics
BISOONI, C. A.; JASTRAN, M.; SELIGSON, M.; THOMPSON	2012	How People Interpret Healthy Eating: Contributions of Qualitative Research.	Estudo de revisão	Journal of Nutrition Education and Behavior
ELL, E.; OLIVEIRA E SILVA, D.; DE NAZARENO, E. R.; BRANDENBURG, A	2012	Conceptions of healthy eating among ecological farmers in Paraná, Southern Brazil.	Brasil	Revista de Saúde Pública
LUCAN, S. C.; BARG, F. K.; KARASZ, A.; PALMER, C. S.; LONG, J. A.	2012	Concepts of healthy diet among Urban, low-income, African Americans.	Estados Unidos	Journal of Community Health
RONTELTAP, A.; SIJTSEMA, S. J.; DAGEVOS, H.; DE WINTER, M. A	2012	Construal levels of healthy eating. Exploring consumers' interpretation of health in the food context.	Holanda	Appetite
FUSTER, M.; MESSER, E.; HOUSER, R. F.; DEMAN, H.; DE FULLADOLSA, P. P.; BERMUDEZ	2013	Local Notions of Healthy Eating and National Dietary Guidelines: A Comparison in Vulnerable Salvadoran Communities.	El Salvador	Food and Foodways
SCHOENBERG, N. E.; HOWELL, B. M.; SWANSON, M.; GROSH, C.; BARDACH, S	2013	Perspectives on healthy eating among appalachian residents	Estados Unidos	Journal of Rural Health
SILVA; FRAZÃO; OSÓRIO; VASCONCELOS	2015	Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável	Brasil	Ciência e Saúde Coletiva
FREIDIN, B.	2016	Alimentación y riesgos para la salud: visiones sobre la alimentación saludable y prácticas alimentarias de mujeres y varones de clase media en el Área Metropolitana de Buenos Aires	Argentina	Salud Colectiva

\* Estudo de revisão

Fonte: Elaborado pela autora

Quadro 4 – Estudos selecionados para compor o estado da arte (termina)

Autores	Ano	Título	País	Periódico
PROVENCHER, V.; JACOB, R	2016	Impact of Perceived Healthiness of Food on Food Choices and Intake.	Estudo de revisão	Current obesity reports
ROMEIKE, K.; ABIDI, L.; LECHNER, L.; DE VRIES, H.; OENEMA, A	2016	Similarities and differences in underlying beliefs of socio-cognitive factors related to diet and physical activity in lower-educated Dutch, Turkish, and Moroccan adults in the Netherlands: A focus group study	Holanda	BMC Public Health

Fonte: Elaborado pela autora.

Outros termos de busca utilizados para a construção do referencial teórico foram relacionados à alimentação saudável associados aos unitermos relacionados a ‘recomendações’, em português e inglês: alimentação saudável, dieta saudável, alimento saudável, comer saudável, comida saudável, hábitos alimentares saudáveis, refeição saudável ("*health\* food*" OR "*health\* diet\**" OR "*health\* feed\**" OR "*health\* choice*" OR "*health\* eat\**" OR "*health\* meal*" OR "*healthy eating habits*") AND” recomenda\*”, “polític\*”, “guia\*” (“*recommendation\**” OR “*guide\**”).

## 2.1 PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS NA ALIMENTAÇÃO CONTEMPORÂNEA

### 2.1.1 Características da produção e consumo de alimentos no Brasil

Atualmente, o consumo de alimentos pela maioria da população não é considerado saudável sob a ótica nutricional e também não é saudável se considerarmos aspectos simbólicos e sustentáveis. Autores referem a insustentabilidade da alimentação contemporânea (GLIESSMAN, 2001; BARONI et al., 2006; VAN DOOREN et al., 2014; AUESTAD; FULGONI, 2015; HAWKES; POPKIN, 2015) que, além de agravar a tendência para uma epidemia de obesidade global é pobre em diversidade (ETIÉVANT, 2012) e em nutrientes e incentiva a agricultura intensiva e demanda maior consumo de solo e energia para produção e processamento (GLIESSMAN, 2001).

Modificações nas formas de produção (CAVALLI, 2001) e consumo de alimentos pela população brasileira (BATISTA FILHO; RISSIN, 2003) foram observadas ao longo dos anos, principalmente a partir das décadas de 1960 e 1970, resultando em alterações no perfil alimentar, nutricional e de saúde da população mundial. A relação de produção e consumo de

alimentos na sociedade contemporânea é fortemente influenciada pelos processos de industrialização e globalização. Esses processos contribuíram para a padronização da alimentação, caracterizada pelo aumento no consumo de alimentos industrializados, de alta densidade energética e altas quantidades de açúcar, gorduras, sódio e aditivos alimentares (POPKIN 1993, 2006; 2015; KIM; MOON; POPKIN, 2000; GARCIA, 2003; CONTRERAS; GRACIA-ANAIZ, 2005; DIEZ-GARCIA, 2011; BRASIL, 2011; POPKIN; ADAIR; NG, 2012; POULAIN, 2012; WHO, 2013; 2015a; NG et al., 2014; BRASIL, 2014; HAWKES; POPKIN, 2015), bem como pelo consumo de alimentos com excesso de resíduos de agrotóxicos e presença de organismos geneticamente modificados (OGM) (BRASIL, 2015; APOTEKER, 2011).

O padrão de consumo alimentar atual, também resulta das modificações no hábito de cultivar e cozinhar alimentos em casa (SMITH; NG; POPKIN, 2014) e da substituição das compras de produtos frescos e *in natura* em feiras e mercados locais, para compra de alimentos embalados processados, em grandes redes de supermercado (POPKIN, 2006). Desse modo, apontam-se os efeitos da globalização na padronização da produção e consumo, refletindo na perda da identidade cultural, uniformização dos modos de vida rural e urbana e de produtos, bem como a desvalorização do conhecimento agrícola tradicional (AZEVEDO, 2003; POULAIN, 2004; MARANHÃO, 2008).

Em uma década (de 1990 a 2000), a compra de alimentos em mercados/feiras de produtos frescos locais deixou de ser a mais predominante, deixando de ser realizada por 80% da população para somente 40% (POPKIN, 2017). O resultado reflete nas prateleiras dos supermercados que, apesar de parecer dispor de uma grande variedade de produtos, esses podem conter, em sua maioria, produtos com os mesmos ingredientes ou ingredientes similares. Popkin (2017) propõe discutir as modificações e a relação entre transição alimentar e nutricional e os sistemas alimentares. Aponta que os mesmos produtos embalados e processados são cada vez mais adquiridos, provenientes desde pequenas lojas em aldeias, até grandes redes de supermercado em grandes cidades. O que os agricultores cultivam nos países menos desenvolvidos e para quem comercializam sua produção é determinado pelos mesmos atores econômicos de países desenvolvidos, a exemplo dos Estados Unidos, sendo esses: o setor do agronegócio corporativo, grandes fabricantes de alimentos, redes de varejo e empresas de serviços de alimentação.

No Brasil, estudos que analisaram os rótulos de alimentos embalados comercializados em uma grande rede de supermercado indicaram que a maioria continha gordura *trans* (50,5%, de 2327 produtos) (SILVEIRA, 2013), aditivos à base de sódio (52,3%, de 1368 alimentos)

(MARTINS, 2015), açúcares de adição (70%, de 4.539 alimentos) (SCAPIN, 2016; 2017) e ingredientes derivados de soja e milho possivelmente transgênicos<sup>3</sup> (63%, de 5048 alimentos) (CORTESE, 2018). Da mesma maneira, a presença de ingredientes derivados de soja, milho e canola foi observada em praticamente 75% dos alimentos industrializados no Canadá (GRUÈRE, 2006).

A Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) analisa a aquisição e consumo de alimentos no Brasil. Dados da POF no Brasil de 2008-2009 indicam o consumo médio per capita de aproximadamente 250g/dia de sucos/refrescos/suco em pó e refrigerantes e 50g/dia de sopas e caldos, inclusive desidratados. Do total de alimentos consumidos fora do domicílio, os maiores consumos foram registrados para salgadinhos industrializados; salgados fritos e assados; pizzas; sorvetes; refrigerantes; tanto para área urbana como rural. O feijão e arroz apresentaram uma média de consumo diário per capita de 182,9g/dia e 160,3g/dia, respectivamente. Porém, o consumo de refrigerantes aumentou em 250% e o de alimentos processados em 140% de 2002/2003 para 2008/2009. Para o mesmo período, a média de aquisição de arroz e feijão caiu 40,5% e 26,5% respectivamente (BRASIL, 2011). Dados mais recentes da POF indicam uma constante redução na participação do grupo de Cereais, leguminosas e oleaginosas ao longo do tempo. O gasto com alimentação para esse grupo passou de 10,4%, do total gasto com alimentação em 2002-2003 para 8,0% em 2008-2009 e 5% em 2017-2018<sup>4</sup> (IBGE, 2019).

Apesar de os estudos de âmbito nacional sobre o consumo de alimentos orgânicos, pesquisa conduzida por Mooz (2012) a partir de dados provenientes da POF (2008-2009) indicou uma disponibilidade domiciliar média de 3,38g/dia de alimentos orgânicos na zona rural e 1,85 g/dia para a população urbana.

Esse padrão de consumo também é reflexo de uma relação direta com a padronização do trabalho no campo. Observa-se um distanciamento do produtor das práticas agrícolas básicas e tradicionais, a exemplo do cuidado com o solo, rotação e diversificação de culturas, dentre outras questões (DAL SOGLIO, 2016). Com a chamada Revolução Verde iniciou-se o processo de industrialização da agricultura, com a produção de alimentos em larga escala, sob a

---

<sup>3</sup> Utiliza-se o termo “possivelmente transgênicos” uma vez que não necessariamente todos os produtos que continham ingredientes derivados de soja ou milho estavam rotulados com o símbolo de transgênicos, conforme Decreto no 4.680/2003 (BRASIL, 2003a) e Portaria no 2.658/2003 (MINISTÉRIO DA JUSTIÇA, 2003). No entanto, 85% da produção de milho e 94% da produção de soja no Brasil são transgênicas (ISAAA, 2015). Além disso, segundo Cortese (2017, dados não publicados) 50,1% dos alimentos continham os mesmos derivados de soja e milho presentes em produtos que declaravam a presença de transgênicos. Estes, por sua vez, representavam somente 4,7% do total de produtos (n = 5048).

<sup>4</sup> Dados em relação ao consumo de alimentos ainda não foram disponibilizados pela Pesquisa de Orçamentos Familiares 2018/2019.

justificativa de acabar com a fome. Intensificou-se a produção baseada em monoculturas com uso intensivo do solo, produção de insumos para a indústria de alimentos e ração animal (a exemplo do milho e soja), uso de aditivos químicos e de plantas geneticamente modificadas (CAVALLI, 2001; GLIESSMAN, 2014).

Nos últimos 20 anos, observa-se um aumento de 300% na área plantada de soja no Brasil, passando de 11 milhões de hectares para 35 milhões de hectares, superior a área plantada dos Estados Unidos (maior produtor). Atualmente, o Brasil é o segundo maior produtor mundial de soja, com produção total de 114 milhões de toneladas na safra de 2018/2019 (EMBRAPA, 2020). Em relação ao milho, a área plantada na safra de 2018/2019 foi de 17 milhões de hectares e uma produção de 100 milhões de toneladas (CONAB, 2020). Já para as áreas plantadas de feijão e arroz observa-se uma redução de 40 e 50%, respectivamente, se comparado a safra de 1996/1997 com o que foi previsto para 2016/2017 (CONAB, 2017).

Tem se observado um aumento no uso de agrotóxicos nas lavouras em relação à área plantada, passando de 10,5 litros/hectares em 2002 para 12 litros/hectare em 2011. O crescente uso de agrotóxicos pela agricultura brasileira relaciona-se a fatores como o aumento de monoculturas dependentes de insumos químicos (CARNEIRO et al., 2015), expansão no plantio de soja transgênica (JAMES, 2014), dentre outros. De acordo com o Atlas Geográfico do Uso de Agrotóxicos no Brasil e Conexões com a União Europeia o uso de pesticidas entre 2000 e 2010, considerando a venda de pesticidas, cresceu 100% em âmbito mundial, enquanto que no Brasil o aumento no mesmo período foi de quase 200%. Segundo o mesmo relatório, cerca de 20% de todo agrotóxico comercializado no mundo é consumido no Brasil (BOMBARDI, 2017).

A produção de alimentos geneticamente modificados está atrelada ao uso de agrotóxicos no Brasil (CARNEIRO et al., 2015). A modificação genética teve o intuito de desenvolver plantas resistentes ao uso de agrotóxico, porém conferiu resistência crescente a pragas, ervas “daninhas”, fungos e insetos, necessitando cada vez mais de desses insumos para combatê-los (CAVALLI, 2001; NODARI; GUERRA, 2001; HARVIE; MIKKELSEN; SHAK, 2009; BAWA; ANILAKUMAR, 2013; BONNY, 2016). Sabe-se que 94% da soja e 85% do milho no Brasil são transgênicos (JAMES, 2016). Como resultado, são também essas as culturas com maior uso de pesticidas. Do total de 852 milhões de litros de agrotóxicos utilizados nas lavouras no ano de 2011, 40% foi para cultura de soja e 15% para o milho. Em 2015, as culturas de soja, milho e cana de açúcar utilizaram 82% do total de agrotóxicos consumidos no país. Outras culturas com maior uso de agrotóxico foram: algodão (28,6 l/há), cítricos (23 l/há),

tomate (20 l/ha), uva (12 l/ha), banana (10 l/ha), arroz (10 l/ha), trigo (10 l/ha), mamão (10 l/ha) e girassol (7,4 l/ha) (PIGNATI et al., 2017).

Dados em relação à presença de agrotóxicos em 12.051 amostras de 25 alimentos analisados<sup>5</sup> pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) indicaram que a maioria (58%) dos alimentos analisados continha resíduos de algum dos agrotóxicos pesquisados<sup>6</sup>. Destas, 38,3% apresentaram resíduos de agrotóxicos dentro do Limite Máximo de Resíduos (LMR) (estabelecido como permitido pela Anvisa), 18,3% continham agrotóxicos não permitidos para a cultura e 3% resíduos acima do LM.R. Dessas, 1,1% apresentavam risco agudo no seu consumo (BRASIL, 2016a). Além disso, é importante lembrar do consumo de agrotóxicos presente nos alimentos industrializados (não avaliados pela Anvisa). Como já referido, os subprodutos de soja e milho estão presentes na maioria desses alimentos. No Brasil, o cultivo da soja transgênica (resistente ao glifosato) contribuiu para aumentar mais de 150% o consumo deste herbicida, que também é utilizado na cultura de milho transgênico. Apesar de o milho compor a avaliação da Anvisa, o glifosato (agrotóxico mais utilizado nas culturas transgênicas) não está entre os agrotóxicos avaliados.

Além do uso excessivo, muitos dos pesticidas utilizados no Brasil já são proibidos na União Europeia (UE) – dos 50 mais utilizados nas lavouras brasileiras, 22 são proibidos na UE. Outro ponto que merece destaque relaciona-se à análise de riscos dos agrotóxicos permitidos no Brasil para a liberação dos mesmos e a delimitação do LMR permitido, que não considera o somatório dos diferentes tipos de agrotóxicos permitidos para cada cultura e os efeitos cumulativos no organismo e ambiente. Ainda, considera somente os efeitos agudos e não crônicos do uso e consumo de agrotóxicos. Assim, população e ambiente são expostos aos efeitos biocumulativos dos agrotóxicos (CARNEIRO et al., 2015).

Diante desse contexto, a promoção da alimentação saudável tem sido apontada como prioridade global nas agendas de políticas públicas (IMAMURA; MICHA; KHATIBZADEH et al., 2015). Nesse sentido, questiona-se o que seria uma alimentação saudável. Diversas são as recomendações em âmbito nacional para a promoção da alimentação saudável e que com o avanço da ciência da nutrição, essas recomendações vêm sofrendo alterações constantes (PAQUETTE, 2005). Sabe-se ainda que as escolhas alimentares estão diretamente integradas à saúde e aos sistemas agrícolas e ambientais (AUESTAD; FULGONI, 2015), de modo que é

---

<sup>5</sup> Os alimentos analisados foram: abacaxi, abobrinha, alface, arroz, banana, batata, beterraba, cebola, cenoura, couve, feijão, goiaba, laranja, maçã, mamão, mandioca (farinha), manga, milho (fubá), morango, pepino, pimentão, repolho, tomate, trigo (farinha) e uva (ANVISA, 2016).

<sup>6</sup>Foram pesquisados até 232 agrotóxicos diferentes nas amostras monitoradas

imprescindível considerar o impacto da dieta sobre o meio ambiente (CARLSSON-KANYAMA; GONZALEZ, 2009; HALLSTROM; RÖÖS; BÖRJESSON, 2014; FAO, 2013; WHO, 2015; FAO, 2015b; ONU, 2015a; UNEP, 2016), reforçando a importância de modificações no sistema alimentar atual. Porém, poucos países parecem estar realmente assumindo modificações no sistema alimentar como prioridade para promoção da alimentação saudável (HAWKES; POPKIN, 2015).

### **2.1.2 Reflexos da alimentação contemporânea para a saúde**

A humanidade enfrenta uma crise alimentar global, com o problema da fome e desnutrição acontecendo em paralelo ao aumento da obesidade; ambos agravados pela crescente crise ambiental. Apesar de os problemas relacionados ao excesso de peso ocorrerem mais frequentemente do que os relacionados a desnutrição (WHO, 2008), ambos ainda são alarmantes. A ingestão insuficiente e desbalanceada resulta em um total de 805 milhões de pessoas que ainda passam fome no mundo (ONU/WFP, 2015a), mesmo com uma produção suficiente de alimentos (FAO, 2016b). A desnutrição foi a principal causa subjacente de morte em crianças com menos de cinco anos, causando 45% de todas as mortes de crianças no mundo em 2013 (WHO, 2014). Ainda, estimativas demonstram que o modo de consumo atual irá interferir na redução da disponibilidade de alimentos no futuro, podendo agravar a situação de fome e desnutrição (SPRINGMANN et al., 2016). É importante salientar que o consumo de alimentos industrializados por populações de baixa renda ainda é associado a prestígio social, além de conveniência e sabor, ampliando os riscos de doenças crônicas relacionadas à nutrição nessas populações que já vem lutando com doenças associadas à desnutrição (WILK, 1999; FUSTER et al., 2013).

Em contrapartida, 1,9 bilhão de adultos se encontram acima do peso (WHO, 2015a). O excesso de peso e a obesidade entre crianças e adultos têm aumentado rapidamente em todas as regiões, com mais de 500 milhões de adultos afetados pela obesidade em 2010 e 42 milhões de crianças menores de cinco anos afetadas por excesso de peso em 2013. No Brasil, o índice de obesidade, embora estagnado (nos últimos quatro anos) em adultos acima de 18 anos, afeta aproximadamente 18% da população. Além disso, o número de brasileiros com excesso de peso cresceu 23% em 10 anos, atingindo em média 53% da população em 2016 (BRASIL, 2017b).

Estudos indicam a associação entre sobrepeso e obesidade e doenças cardiovasculares, câncer e diabetes (JOSHIPURA et al., 1999; ASTRUP, 2000; WHO, 2010). Desse modo, a

população mundial também enfrenta a problemática do aumento de DCNT e mortes por essas doenças (WHO, 2003; 2004 2008; NG et al., 2014). Estima-se que as DCNT foram responsáveis por 63% (36 milhões) de todas as mortes no ano de 2008 (WHO, 2010).

Desde 1980 governos de todo o mundo reúnem esforços para investigar o efeito de dietas de baixa qualidade nutricional nessas doenças (WHO, 2010). O plano de ação global para prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis (2013-2020) prevê a adoção por todos os estados membros de medidas coordenadas e coerentes em níveis local e global, visando a redução em 25% da mortalidade prematura relativa a DCNT até 2025 (WHO, 2013). Apesar de a problemática das DCNT centrarem nas questões nutricionais da alimentação, sabe-se da sua dimensão multifatorial. A Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade parte do pressuposto de que a obesidade é socialmente determinada e depende de um conjunto de fatores econômicos, políticos, culturais e ambientais que se articulam.

O consumo de gordura *trans* é comprovadamente prejudicial à saúde, sendo comprovada a associação do seu consumo com doenças cardiovasculares (WANG; HU, 2017; FDA, 2015; OHMORI; FUJII; ASU, 2015), o que levou a recomendação de consumo inferior a 1% do total de energia consumido (FAO, 2010) e sua eliminação da alimentação (BRASIL, 2019). Ainda, é um possível fator de risco para a doença de Alzheimer (BARNARD; BUNNER; AGARWAL, 2014), obesidade (THOMPSON; MINIHANE; WILLIAMS), diabetes (MOZAFFARIAN; ARO; WILLETT, 2009), infertilidade e câncer. Diante da ausência de evidências científicas em relação a um consumo seguro de gordura *trans* (ARANCETA; PEREZ-RODRIGO, 2012), a Organização Mundial de Saúde (OMS) incluiu a eliminação do consumo da mesma como uma das metas da Estratégia Global para Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde (WHO, 2004), e em 2015, a *Food and Drug Administration* (FDA) determinou o seu banimento pela indústria de alimentos nos EUA (FDA, 2015).

O consumo de açúcar simples associa-se principalmente ao risco aumentado de excesso de peso e obesidade (WHO, 2015a; TE MORENGA; MALLARD; MANN, 2013) e cárie dentária (WHO, 2015a; MOYNIHAN; KELLY, 2014), além de evidências de sua associação com diabetes (WHO, 2015a) e doenças cardiovasculares (WHO, 2015a). A ingestão elevada de sódio está associada a uma série de DCNT, dentre elas hipertensão, doenças cardiovasculares e acidentes vasculares cerebrais e vem sendo consumido em quantidades muito acima da recomendação da OMS (2 g de sódio / dia ou 5 g de sal / dia) (WHO, 2012).

Do mesmo modo, os aditivos alimentares (amplamente presente em produtos industrializados) (BRASIL, 2014) representam um desafio para a saúde pública pelas doenças

associadas ao seu elevado consumo (POLÔNIO; PERES, 2009; SCAPIN; FERNANDES; PROENÇA, 2017; BELLOIR; NEIERS:BRIAND, 2017).

O consumo de alimentos industrializados, bem como de alimentos *in natura* com resíduos de agrotóxicos e/ou geneticamente modificados também podem estar contribuindo para o aumento das DCNT na população. Mostafalou e Abdollahi (2017) em estudo de revisão demonstram que há evidências sobre o possível papel das exposições a pesticidas com a maior incidência de doenças como câncer, Alzheimer, Parkinson, esclerose lateral amiotrófica, asma, bronquite, infertilidade, defeitos congênitos, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, autismo, diabetes e obesidade. O glifosato, herbicida mais utilizado em cultivos transgênicos em todo o mundo, foi classificado como um provável cancerígeno pela *International Agency for Research on Cancer* (IARC) da Organização Mundial da Saúde (IARC/WHO, 2015). Apesar de ainda ser um assunto controverso, estudos já demonstraram toxicidade hepática e renal e surgimento de tumores em ratos alimentados com milho geneticamente modificado (DE VENDOMOIS et al., 2009; MAGAÑA-GOMEZ; DE LA BARCA, 2009; SÉRALINI et al., 2012; ANDREASSEN et al., 2014; SÉRALINI et al., 2014) e inflamação no estômago em suínos alimentados com soja e milho geneticamente modificados (CARMAN et al., 2013). O consumo de transgênicos e seus herbicidas ainda está associado a problemas neurológicos, alterações hormonais, infertilidade e ao surgimento de câncer, além de doenças como diabetes, obesidade, depressão, autismo, doença celíaca, entre outras, em humanos (SHAO; CHIN, 2011; SÉRALINI et al., 2012; SAMSEL; SENEFF, 2013a; b; THONGPRAKAIKANG et al., 2013; FRIEDRICH, 2014; SWANSON et al., 2014), o que torna preocupante o aumento da presença de alimentos derivados de OGM na alimentação humana.

### **2.1.3 Reflexos da alimentação contemporânea para o ambiente**

Os sistemas alimentares sofrem influências das condições naturais do clima e solo, da história de produção de consumo de determinado local, da cultura, das políticas e práticas econômicas e comerciais

Os efeitos da alimentação nas mudanças climáticas estão cada vez maiores se considerarmos a emissão de gases de efeito estufa no manejo do solo no setor agrícola, na produção pecuária e transporte, bem como a energia e recursos hídricos utilizados pelo setor primário, pela transformação dos produtos, comércio e consumo de alimentos (FAO, 2016c; DAL SOGLIO, 2016). Soma-se a esses fatores a dependência crescente dos agrotóxicos e fertilizantes químicos no processo produtivo agrícola brasileiro, bem como o plantio de

sementes transgênicas (CARNEIRO et al., 2015). O modelo de produção agrícola atual é reduzido à perspectiva do agronegócio corporativo (produto da Revolução Verde)<sup>7</sup>, a partir da qual regras ecológicas de gestão da natureza passam a ser consideradas desnecessárias em detrimento à modernização da agricultura (ASSIS, 2006).

Tendo em vista os diferentes aspectos necessários para a promoção de um desenvolvimento sustentável e valorização de aspectos simbólicos, evidencia-se a importância do investimento em políticas e programas destinados a produção rural familiar e mais sustentável, iniciados tardiamente no Brasil (AQUINO; GAZOLLA; SCHNEIDER, 2017). Ainda, os incentivos financeiros desde as primeiras políticas de créditos não têm distribuição igualitária, atendendo prioritariamente produções de monoculturas do tipo *comodities*, de larga escala (HAWKES; POPKIN, 2015; AQUINO; GAZOLLA; SCHNEIDER, 2017), com uso intensivo de insumos químicos (AQUINO; GAZOLLA; SCHNEIDER, 2017). O que demonstra o caráter de modernização produtivista da política agrícola brasileira (AQUINO; GAZOLLA; SCHNEIDER, 2017; SAMBUCHI; SPINOLA; DE MATTOS; et al., 2017), direcionada a grandes produtores, ao mercado externo e ao subsídio direto e indireto a indústrias produtoras de insumos e máquinas agrícolas, sementes geneticamente modificadas, fertilizantes e agrotóxicos (AQUINO; GAZOLLA; SCHNEIDER, 2017; SAMBUCHI et al., 2012). Esse direcionamento da política agrícola brasileira ao agronegócio é referido por Aquino, Gazolla e Schneider (2017) por meio da análise do Anuário Estatístico do Crédito Rural. De acordo com os autores, foram aplicados, entre os anos de 2002 e 2012, 840,3 bilhões em custeio e investimento para o setor do agronegócio corporativo, somado a 91,6 bilhões, via Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (PRONAF). Por outro lado, o investimento em linhas de crédito para o fortalecimento da agroecologia, por meio do PRONAF Verde foi de 367 milhões, de 2004 a 2011.

Esse processo de industrialização da agricultura levou a uma crescente desconexão entre agricultura, agricultor, sociedade, ambiente, identidade e cultura alimentar. Apesar de estar atrelada à modernidade, à globalização e ao crescimento econômico, a industrialização da agricultura leva à massificação e padronização da produção em monocultivos, impactando diretamente na biodiversidade (CAVALLI, 2001; ALLEN et al., 2014; DAL SOGLIO, 2016). Consequentemente, ocorre um desequilíbrio ecológico generalizado que intensifica a

---

<sup>7</sup> Consiste em um modelo baseado na lógica de crescimento econômico individual e não coletivo, no qual o desenvolvimento econômico se sobrepõe ao desenvolvimento humano e sustentável, portanto limitado na garantia da segurança e soberania alimentar das populações (MACHADO, SANTILI; MAGALHÃES, 2008; DAL SOGLIO, 2016).

ocorrência de pragas e a redução da fertilidade dos solos; demandando agrotóxicos e fertilizantes. Agricultores, cada vez mais dependentes de pacotes tecnológicos para concessão de crédito e cultivo, perdem a autonomia dos processos de produção. Contaminação das águas, salinização do solo, acúmulo de metais pesados e liberação de gases por fertilizantes e agrotóxicos (SAVCI, 2012); erosão dos solos por falta de cobertura vegetal e de estrutura e a drástica redução da biodiversidade ampliam a suscetibilidade às catástrofes ambientais (MACHADO, SANTILI; MAGALHÃES, 2008). Gera-se assim um ciclo-vicioso que afeta produtores e consumidores, ambiente e saúde.

É um sistema que não pode ser considerado socialmente e economicamente justo, tanto pela exploração da mão obra e dependência do pequeno agricultor às empresas detentoras de tecnologias, quanto pela desvalorização do produtor e produto (PLOEG, 2008).

A industrialização da matéria bruta leva a um desperdício de energia e de nutrientes, uma vez que, muitas vezes, o nutriente inerente ao alimento é retirado, a exemplo do processo de refinamento, mas posteriormente são adicionados industrialmente para que se tenha o produto final desejado. Como exemplo, cita-se o processo de refino de produtos como açúcar e farinha que passam da sua forma mais integral (maiores teores de nutrientes) para sua forma mais refinada (menor teor de nutrientes) e são utilizados como base para produção de biscoitos, pães, dentre outros alimentos industrializados. Esses, além da adição de gorduras, sal e aditivos, podem sofrer adição de vitaminas e minerais visando recuperar nutrientes perdidos no processamento.

Desse modo, acredita-se que os produtos gerados por este processo de produção e industrialização intensivos, globalizados e massificados não respeitam aspectos ambientais, sociais, de justiça e equidade. Não poderia ser considerado nem saudável e nem sustentável. Mais do que isso, o modo de consumo global de alimentos e seu impacto sobre as DCNT requer soluções globais com foco no sistema alimentar (IAASTD, 2009; HAWKES; POPKIN, 2015). Modificações na dieta mesmo que em nível individual, podem ter grande potencial para influenciar a demanda por alimentos de modo a reduzir o impacto negativo sobre o sistema alimentar global (RILEY; BUTTRISS, 2011; USA, 2015), bem como atuar na valorização de alimentos regionais, associados à cultura e sociobiodiversidade de um local, reaproximando a produção ao consumo de alimentos.

Dado as características dominantes de produção e consumo do atual sistema alimentar, pode-se inferir que delineiam um quadro preocupante tanto para a saúde quanto para o ambiente (WHO, 2012; FAO, 2013; WHO, 2015; UNEP, 2012). A promoção de escolhas alimentares saudáveis deveria incorporar a abordagem conjunta e equilibrada das diversas dimensões que

envolvem uma alimentação, sendo essas: nutricionais, simbólicas, sustentáveis, higiênico-sanitárias, sensoriais, políticas, sociais, dentre outras (POULAIN, 2012; AZEVEDO, 2015; CASTRO, 2015). Assim, para um alimento ser considerado saudável precisa ser produzido em um sistema alimentar ambientalmente sustentável, socialmente justo e economicamente viável, de modo a garantir a segurança alimentar da população como um todo (HCWH, 2016) e favorecer o desenvolvimento sustentável (FAO, 2012; BRASIL, 2014; LOWDER; SKOET; SINGH, 2014).

O Estado, por sua vez, poderia atuar na proteção da saúde da população e ambiente por intermédio de suas políticas públicas que fomentem essas mudanças socioambientais (BRASIL, 2006a), bem como desestimular o uso intensivo e predatório do ambiente por parte do sistema produtivo de alimentos (DAL SOGLIO, 2016). Ainda, estimular a autonomia das escolhas alimentares a partir do acesso à informação para adoção de práticas alimentares saudáveis (BRASIL, 2006a).

## 2.2 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: CONCEITOS, DEFINIÇÕES E ESTRATÉGIAS

### 2.2.1 Promoção de Alimentação Saudável e Adequada no contexto de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional

A promoção da alimentação saudável e adequada deve estar alinhada com os princípios para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) (PEREIRA; SANTOS, 2008). Por SAN compreende-se a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos em quantidade e qualidade adequadas para atender as necessidades dos indivíduos, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais. As ações de promoção de SAN devem ter como base práticas alimentares promotoras da saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (BRASIL, 2006b).

Segundo Sacco dos Anjos e Caldas (2017), a SAN deve ser compreendida em natureza transversal e multifacetada, muito além da simples avaliação em termos de disponibilidade alimentar ou nutricional. Acredita-se que somente assim será possível garantir a todos os cidadãos o direito a uma alimentação adequada, previsto em tratados internacionais, como a declaração dos direitos humanos (ONU, 1948) e Pacto Internacional de Direitos Econômicos, Sociais e Culturais (PIDESC) (ONU, 1966). Compreender a promoção da SAN sob um olhar reducionista pode levar à valorização de produtos industrializados provenientes de outros países

em detrimento a produtos locais, além da oferta de um produto possivelmente de qualidade nutricional inferior, porém de baixo custo (SACCO DOS ANJOS; CALDAS, 2017).

O Brasil passou a fazer parte do Pacto Internacional sobre Direitos Econômicos, Sociais e Culturais (PIDESC) somente em 1992 (BRASIL, 1992). Em 2006, foi criada a Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) que estabeleceu o conceito de SAN, além de criar o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) e estabelecer as bases para a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN) (BRASIL, 2006b), instituída em 2010 (BRASIL, 2010). Foi somente em 2010 que o direito à alimentação foi incorporado à constituição brasileira (BRASIL, 2010a).

A PNSAN brasileira prevê, dentre suas diretrizes, a promoção do acesso universal à alimentação adequada e saudável; do abastecimento e estruturação de sistemas sustentáveis e descentralizados, de base agroecológica, desde a produção até a distribuição de alimentos; o apoio a iniciativas de promoção da soberania alimentar, segurança alimentar e nutricional e do direito humano à alimentação adequada em âmbito internacional; o monitoramento da realização do direito humano à alimentação adequada; dentre outras (BRASIL, 2010b). Contraditoriamente, o Brasil consiste no único país do MERCOSUL a não assinar o Protocolo facultativo do PIDESC, proposto em 2008 e em vigor desde 2013. Diante das constantes violações à garantia dos direitos humanos, dentre eles o da alimentação adequada, esse protocolo habilitaria os indivíduos a buscar a justiça, por intermédio da ONU, quando os seus direitos são violados (ONU, 2013; CONSEA, 2013; 2017).

Apesar dos esforços em relação à promoção da SAN (FAO, 2017), questiona-se o quanto as ações de promoção da alimentação saudável realmente têm incorporado as diversas dimensões previstas para se alcançar a SAN e o Direito Humano a uma Alimentação Adequada, sejam essas: sociais, culturais, econômicas, ambientais, de justiça, de equidade, de variedade e qualidade. Nesse sentido, neste capítulo pretende-se apresentar como a promoção da alimentação saudável tem sido abordada e definida por órgãos nacionais e internacionais, e o que vem sendo recomendado como parte da alimentação saudável, principalmente nos guias alimentares para a população em geral. Os conceitos de alimentação saudável, bem como as ações para promoção da mesma foram identificados e discutidos sob a luz das dimensões nutricional, simbólica e sustentável.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), por meio da Estratégia Global para promoção de atividade física e saúde, estabeleceu orientações dietéticas e sobre atividade física (nível governamental, privado e individual), visando um estilo de vida saudável e sustentável, redução dos fatores de risco e mortes por DCNT e da má nutrição. No entanto, ao falar de

sustentabilidade, o documento se refere a ações que perduram ao longo da vida, que se sustentam, e não incorporam aspectos de sustentabilidade ambiental, social e/ou econômica. Apesar de ser um documento pautado em fortes evidências científicas (BARRETO, 2005), as recomendações gerais para uma alimentação saudável de indivíduos adultos são exclusivamente com abordagem nutricional. São essas: a) manutenção do balanço energético e controle de peso; b) limitar o consumo de energia proveniente de gorduras totais e substituir gorduras saturadas por insaturadas e limitar o consumo de ácidos graxos trans; c) aumentar o consumo de frutas, legumes e verduras, grãos integrais e castanhas, e limitar o consumo de sal e açúcar. Essas recomendações foram reiteradas no Plano de Controle e Prevenção de DCNT 2013-2020 (WHO, 2013).

Apesar do foco prioritariamente nutricional ao fazer as recomendações dietéticas, a OMS deixa claro o papel do governo na articulação de políticas alimentares e agrícolas para a promoção da segurança alimentar e nutricional de modo sustentável. Para facilitar a ampliação do consumo e a diversidade da dieta sugere que os indivíduos optem por alimentos da estação (WHO, 2015). Por outro lado, ao fazer recomendações para a indústria e o setor privado, se restringe novamente a aspectos como valor nutricional dos alimentos e alegações de saúde. Desse modo, cabe refletir o quanto abordagens com foco exclusivamente nutricional e restritivo têm sido realmente sustentáveis (sob o ponto de vista da Estratégia Global) ao longo do tempo e o impacto para a saúde e o ambiente. Além disso, o quanto o foco nutricional não poderia favorecer modismos na alimentação que, de acordo com a OMS, deveriam ser combatidos (WHO, 2004).

Sabe-se que algumas orientações de caráter restritivo, a exemplo do consumo de gorduras, açúcares e sódio, são importantes frente ao excessivo consumo associado ao maior risco de desenvolvimento de DCNT. No entanto, abordagens mais positivas nas orientações dietéticas para promoção da alimentação saudável para a população em geral (sem doenças associadas), são necessárias visando um melhor cumprimento da mesma (BRASIL, 2006a).

Sob este aspecto, Poulain (2012) diferencia o caráter das normas alimentares existentes. Denomina de “norma dietética” o conjunto de recomendações (quantitativas e qualitativas) baseadas em conhecimentos científicos nutricionais e difundidas por profissionais de saúde. Diferencia esta da “norma social” que, por sua vez, remete ao conjunto de convenções relativas às condições e contextos do consumo de refeições. E segundo o autor, ambas as normas se influenciam mutuamente e, atualmente, se distanciam das reais práticas alimentares. Pode-se fazer uma analogia entre o que o autor denomina de “norma dietética” e aqui é denominado de dimensão nutricional e entre a “normal social” e a dimensão simbólica. Percebe-

se que, segundo o autor, a dimensão simbólica não estaria incorporada nas orientações e recomendações dos profissionais da saúde, principais responsáveis pela transmissão de informações relacionadas à alimentação.

No Brasil, o conceito de alimentação saudável diverge em alguns aspectos entre documentos nacionais existentes. Parte-se aqui do conceito mais completo, construído pelo Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) em 2007 e aprovado na 3ª Conferência Nacional de SAN em 2010. Nesse, a alimentação saudável é definida como:

"A realização de um direito humano básico, com a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos **aspectos biológicos e sociais dos indivíduos**, de acordo com o ciclo da vida e as necessidades alimentares especiais, **pautada pelo referencial tradicional local**. Deve atender aos princípios da **variedade, equilíbrio, moderação e prazer (sabor)**, às **dimensões de gênero e etnia**, e às **formas de produção ambientalmente sustentáveis, livre de contaminantes físicos, químicos e biológicos e de organismos geneticamente modificados**" (CONSEA, 2007; grifo nosso).

De acordo com o conceito citado, a promoção da alimentação adequada e saudável não engloba somente aspectos nutricionais e biológicos. Assim, considera, além das necessidades individuais fisiológicas, o indivíduo como um ser inserido em um ambiente e em um contexto social e cultural que influenciam nas suas escolhas e preferências alimentares e que, portanto, devem ser respeitados. Ainda, demonstra a estreita relação entre o sistema alimentar e a promoção da alimentação saudável e SAN. Desse modo, ambos devem convergir em oposição ao sistema produtivo hegemônico atual e para a valorização da produção familiar, local, agroecológica, justa, pautada na tradição de produção e consumo. De modo positivo, o CONSEA deixa claro que uma alimentação saudável e adequada deve ser livre de contaminantes e de organismos geneticamente modificados. Informações não contempladas na definição de alimentação saudável adotada pelo Guia Alimentar atual, destinado à população brasileira (BRASIL, 2014).

Segundo essa definição, a alimentação saudável consiste em:

“Um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática

alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônico em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis” (BRASIL, 2014).

Frente à necessidade de políticas que auxiliem os indivíduos na realização de escolhas mais saudáveis (já previstas no documento da Estratégia Global), a Política Nacional de Alimentação e Nutrição brasileira foi atualizada no ano de 2010. Considerando a transversalidade das ações de alimentação e nutrição para melhoria das condições de saúde da população, a PNAN propôs diretrizes para auxiliar no fortalecimento de ações de SAN e promoção da alimentação saudável e adequada no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Para a concretização das ações, a PNAN e a Estratégia Global compartilham do mesmo propósito de fomentar a responsabilidade compartilhada entre sociedade, setor produtivo e público, a fim de efetuar as mudanças necessárias para escolhas saudáveis em níveis individual e coletivo (BRASIL, 2012a).

Destaca-se aqui a segunda diretriz da PNAN denominada Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS). Reconhece-se como uma alimentação saudável aquela acessível do ponto de vista físico e financeiro; **harmônica** em quantidade e qualidade e que atenda às **necessidades biológicas** do indivíduo nos seus diferentes ciclos de vida. Deve ainda ser **pautada na cultura alimentar e no contexto social** no qual o indivíduo está inserido e ter como base **práticas produtivas adequadas e sustentáveis**, com **quantidades mínimas** de contaminantes físicos, químicos e biológicos (BRASIL, 2012a).

Desse modo, as estratégias propostas pela política consideram a importância dos alimentos para suprir as necessidades biológicas, mas reconhece que o mesmo agrega significados culturais, comportamentais e afetivos únicos que não podem ser desprezados no desenvolvimento das ações (BRASIL, 2012a). Na proposta de implementação dessa diretriz fica evidente a necessidade de aproximação entre as estratégias de promoção de alimentação saudável do contexto real no qual o indivíduo está inserido para efetividade das mesmas, considerando-o como sujeito participativo no processo de construção das ações. Prevê a superação do modelo biomédico, com abordagem limitada à produção e à oferta de informações técnico-científicas; da frágil integração do conhecimento científico ao popular e da apropriação

ainda insuficiente das dimensões cultural e social como determinantes dos hábitos alimentares (BRASIL, 2012a).

Percebe-se a presença da dimensão simbólica da alimentação saudável na orientação dessa diretriz, no entanto, questiona-se ausência de ações mais concretas em relação à dimensão sustentável. Apesar de aspectos de sustentabilidade estarem contemplados no conceito de alimentação saudável adotado pela PNAN, não estão evidenciados nas ações da diretriz PAAS. Questiona-se ainda o relativo conservadorismo do conceito adotado, que não prevê a isenção de contaminantes, permitindo uma quantidade mínima dos mesmos, apesar dos seus malefícios.

Os sistemas alimentares têm influência na formação dos padrões alimentares. Recente relatório produzido por um painel de especialistas do Comitê de Segurança Alimentar e Nutricional da FAO, intitulado *Extract from the Report Nutrition and food systems: Summary and Recommendations*, enfatiza a relação entre a alimentação e os sistemas alimentares e seus resultados para a saúde, nutrição e sustentabilidade. Destaca o ambiente em que o indivíduo se insere como facilitador ou não de escolhas saudáveis e sustentáveis e o poder político em moldar esse ambiente (FAO, 2017). De acordo com o documento, os estados, organizações intergovernamentais e setor privado devem apoiar iniciativas que contribuam para a produção de alimentos nutritivos, adaptados localmente e que contribuam para a qualidade e diversidade da dieta.

Reconhece-se a importância de determinadas ações realizadas pelo Estado brasileiro. No entanto, essas parecem ser de caráter pontual e/ou perpassar timidamente por aspectos relacionados às dimensões simbólicas e sustentáveis. A exemplo, cita-se a agroecologia, reconhecida pelo estado brasileiro, por meio da Política Nacional de Agroecologia, porém ainda pouco efetiva (CAPELLESSO; CAZELLA; ROVER, 2016). Ou ainda, baixa oferta de alimentos regionais (GABRIEL et al., 2012; GIRARDI et al., 2018) e da sociobiodiversidade (GIRARDI et al., 2018), na alimentação escolar, apesar do reconhecimento e valorização desses alimentos por programas e/ou legislação (BRASIL, 2009; BRASIL, 2016b; BRASIL, 2012b).

Apesar de ainda ser questionável o quanto a informação e educação desencadeiam mudanças significativas nas escolhas alimentares, acredita-se que juntamente com a regulamentação podem orientar e ampliar a conscientização dos consumidores para escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Em estudo conduzido por Sambuichi et al. (2017) a sensibilização da sociedade para temas como agroecologia e produção orgânica é apontada como prioritária, tendo em vista a educação da população para a importância da alimentação saudável e motivação para mudança de comportamento. Ações de educação para o

conhecimento em relação à agroecologia favorecem não somente a compra de produtos da agricultura familiar como o conhecimento de políticas e programas de fomento à temática.

Os guias alimentares são instrumentos oficiais que definem as diretrizes utilizadas na orientação de escolhas alimentares saudáveis para a população (FAO, 2016a). Servem como base para atuação de profissionais da saúde e ações em saúde pública e também buscam uma comunicação direta com a população (MARTINS; FREIRE, 2008). Podem ser considerados instrumentos estratégicos para educação e promoção da alimentação saudável e deveriam servir como instrumentos de referência para instituições e profissionais, para que as orientações à população fossem coerentes com as preocupações atuais em relação à alimentação, saúde e ambiente. Para tal, espera-se que os guias alimentares sejam instrumentos embasados cientificamente (FREIRE et al., 2012).

Considerando os guias alimentares como uma importante ferramenta de comunicação com a população, seja diretamente ou indiretamente pelo intermédio de profissionais da saúde, buscou-se analisar o quanto e como as orientações reconhecem preocupações simbólicas e sustentáveis como parte da alimentação saudável. Essa análise responde ao primeiro e segundo objetivo da tese e está apresentada como a proposta do primeiro e segundo artigo.

## **2.2.2 Dimensões simbólica e sustentável da alimentação saudável**

### *2.2.2.1 Dimensão Simbólica*

A alimentação é considerada um fenômeno complexo, influenciada por diversos determinantes, para além dos biológicos, incluindo fatores socioculturais e psicológicos (FURST, et al., 1996; POVEY et al., 1998; JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008; ESTIMA; PHILLIP; ALVARENGA, 2009; JOHNSON-ASKEW; FISHER; YAROCH, 2009; POULAIN, 2012). É moldada, em partes, por regras impostas pela sociedade, meio ambiente, história individual e valores sociais de um grupo no qual o indivíduo se insere (JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008). Contribui tanto para integração social como ajuda a diferenciar e distinguir os povos (MESSER, 2007).

De acordo com Poulain (2012) “um debate sobre alimentação é então, bem mais que um debate sobre alimentação, é também um debate sobre organização da sociedade, um debate sobre civilização, um lugar de reconstrução social dos alimentos e modelos alimentares”. Os alimentos consumidos, o modo de preparo, o ato e o modo de comer se constituem em momentos de leitura de valores e representações culturais (POULAIN; 2012). Sob essa

perspectiva, uma alimentação saudável seria mais do que um resultado de conhecimentos e recursos necessários para escolhas mais saudáveis em termos biológicos, fisiológicos e nutricionais, sendo também influenciada por gostos e desgostos pessoais e concepções formadas sobre a temática.

Deste modo, a dimensão simbólica da alimentação considera como importante os aspectos sensoriais como cor, sabor, odor e aparência do alimento e/ou preparação. Reconhece que o comer envolve a compreensão dos significados que o alimento tem para o indivíduo de acordo com o contexto social e cultural no qual está inserido (PROENÇA et al., 2005).

A formação da cultura, por sua vez, consiste em um processo construído historicamente. A palavra cultura é de origem latina, do verbo *colere* – *cultivar*. Desde sua origem (palavra), a cultura relaciona-se com as características produtivas do território, com as relações sociais em torno da produção de alimentos e do ato de se alimentar. O seu significado foi ampliado pelos romanos que buscaram incorporar uma dimensão pessoal, associado a expressão “cultura da alma”. Atualmente, diversas são as abordagens para definir cultura. Compreende-se que está relacionada a modos diferentes de organizar a vida social, de conceber a realidade e expressá-la. Reflete práticas e costumes da sociedade à qual pertencemos, sendo essas variações nas formas de família, nas maneiras de habitar ou de se vestir. Mais especificamente expressa conhecimento, ideias e crenças de um povo ou de grupos específicos da sociedade (DOS SANTOS, 1987).

Diante da complexidade do comer e os diversos aspectos, subjetivos ou não, relacionados ao ato de se alimentar, essa temática é discutida na sociologia da alimentação sob diferentes correntes socioantropológicas. Dentre essas, discute-se o papel da refeição no processo de socialização e transmissão de normas (perspectiva funcionalista de Durkheim). As influências dos aspectos culturais no consumo tornam a alimentação como atividade geradora de sociabilidade, desde a busca pelo alimento para a superação da fome. Essa se inicia no seio familiar e se expande para grupos sociais maiores, cidades, classe de idade ou estados políticos (POULAIN, 2012).

Mintz (2001) aponta o papel central do ato de comer no aprendizado social, inclusive pelo fato de se constituir uma atividade rotineira, e por esse motivo ser reveladora da cultura em que cada ser está inserido. Sob a perspectiva culturalista, o sistema cultural é visto como determinante da originalidade das práticas alimentares, sendo arbitrário às questões biológicas. Já a perspectiva estruturalista traz o aspecto estruturante da refeição, variável conforme a estrutura e classe social. Segundo Levi Strauss (1999), citado por Poulain (2012), a alimentação é permeada por ritos e trocas que refletem a estrutura da sociedade. Sob o olhar dessas

perspectivas a dimensão simbólica da alimentação pode ser expressa no compartilhamento de refeições, rituais do ato de se alimentar, proibições e restrições alimentares de cunho cultural, seleção de alimentos pautadas na cultura e história alimentares individual, familiar, comunitária, dentre outros aspectos.

Os aspectos socioculturais também possuem importante papel na formação dos gostos, que podem consistir em um critério para escolha alimentar preponderante aos efeitos sobre a saúde (POULAIN, 2012). Fischler (1992) evidencia o papel do gosto na seleção dos alimentos. De acordo com o autor, a construção do gosto acontece desde a primeira infância, sofrendo evoluções, adaptações e influências culturais, dependentes das experiências vivenciadas pelo indivíduo somadas aos seus componentes biológicos. Deste modo, textura e gosto, por exemplo, podem ser percebidos de acordo com as percepções do meio. Segundo Moulain (2002) “no domínio dos gostos e das aversões, o fator sociocultural desempenha um papel decisivo”. As escolhas alimentares, de técnicas de preparo e consumo de um alimento são desenvolvidas ao longo do tempo, associadas com a identidade cultural, permitindo a distinção entre os povos (MALUF, 2007).

A formação da identidade cultural, por sua vez, é influenciada por características do ambiente (destaca-se aqui as relacionadas a produção de alimentos), pela própria história alimentar e familiar do indivíduo, pelo contexto social e econômico, bem como pelas exigências diárias (MALUF, 2007; CHEMIM, 2007), a exemplo da redução do tempo livre para preparo das refeições na atualidade. Sob esse aspecto, a comida consiste em um elemento transformado pela cultura e o ato de alimentar se realiza com base nas relações de sociabilidade. Desse modo, as escolhas e práticas alimentares, proibições, tabus (MENASCHE, 2005), crenças, costumes, festividades (DOS SANTOS, 1987) são definidos e se expressam como parte de cultura e história de uma sociedade (MENASCHE, 2005; DOS SANTOS, 1987).

Assunção (2016) demonstra a importância do gosto como fator de interação social ao estudar práticas alimentares de imigrantes brasileiros em Boston. Identifica aspectos de adaptação do gosto para aproximação com novas culturas e povos, bem como a manutenção e preservação do gosto da cultura mãe, no caso o Brasil. Nas relações entre gosto, cultura e sociedade percebe-se o apontado por Brillant-Savarin (1995) ao referir a alimentação como sentido, para além do sensorial, para compreensão da formação do gosto. O autor deixa claro o estreito vínculo entre alimentação e felicidade e o prazer de comer associado às relações de amizade e convivência à mesa, bem como o prazer associado ao ato de se alimentar, aos diferentes sabores, cultura e convivialidade. Questões também defendidas pelo movimento *Slow Food* (SLOW FOOD, 2007).

Apesar da defesa do equilíbrio entre as diferentes dimensões da alimentação saudável, bem como dos fatores que compreende cada uma delas, Poulain (2012) refere que a decisão alimentar muitas vezes parte de uma análise hierarquizada desses fatores. Frente ao crescente uso de técnicas para melhorar aspectos sensoriais de produtos industrializados, que vão de encontro à promoção da saúde e alimentação saudável, reforça-se necessidade de resgatar e valorizar alimentos tradicionais e regionais que remetem a uma memória gustativa.

Acredita-se que práticas alimentares que incorporem as significações comportamentais e afetivas e a identidade cultural e alimentar devem compor a perspectiva adotada para a promoção da saúde e da alimentação saudável (BRASIL, 2006a). As restrições impostas, com destaque para aquelas que afetam os aspectos da dimensão simbólica, precisariam ser evitadas.

Mesmo que relativamente recente, a necessidade do resgate aos padrões alimentares identificados e reconhecidos pela população surgiu no âmbito da pesquisa e de políticas públicas em virtude dos efeitos negativos ocasionados pelo processo de industrialização/globalização. Esse processo proporcionou a disseminação dos alimentos entre regiões e países diferentes e o acesso a alimentos industrializados muitas vezes desconhecidos pela população (POULAIN, 2012; HERNANDEZ, 2005; MALUF, 2007; GARCIA, 2003). A sociedade por sua vez, se vê dividida entre a manutenção da própria cultura alimentar e a aposta em novos elementos do mercado (POULAIN, 2012). Sob esse aspecto ainda há a distinção e contradição entre o que Fischler (1990) denomina de comportamento neofílico e neofóbico, ou seja, a tendência de explorar o novo e ao mesmo tempo a resistência ao desconhecido. A escolha entre o que comer e não comer é influenciada pela aceitação cultural do grupo no qual está inserido, apesar de biologicamente o homem ser “capaz” de consumir todos os tipos de alimentos (paradoxo do onívoro). Principalmente para famílias de renda mais baixa, destaca-se a função social dos alimentos industrializados, uma vez que esses produtos muitas vezes são associados a poder econômico (FUSTER et al., 2013), dificultando a abordagem para a restrição dos mesmos junto a essas populações. Soma-se a isso o poder das grandes multinacionais, produtoras e comercializadoras desses alimentos, frente as ações do Estado, ampliando a problemática (POPKIN, 2017).

Apesar dos efeitos da padronização da alimentação já referido anteriormente, comidas típicas, regionais tradicionais parecem persistir na alimentação contemporânea. No entanto, se apresentam adaptadas a outras culturas, a padrões atuais de consumo e preocupações de cunho nutricional, por exemplo (FABRI, 2015). Portanto, muitas vezes estão descaracterizadas, sem a sua essência territorial (GARCIA, 2003; BOTELHO, 2006; FABRI et al., 2015).

Percebe-se a ambivalência da alimentação humana que por um lado sofre a pressão biológica para o consumo da alimentação variada e por outro a pressão cultural para o consumo somente de alimentos conhecidos, socialmente identificados e valorizados (POULAIN, 2012). Desta forma, conforme referido por Fabri (2013), preparações típicas, a exemplo daquelas contendo alimentos como charque e costela de porco, têm sido modificadas e descaracterizadas com a substituição de seus principais ingredientes, com o intuito de atender a parâmetros de restrição de sódio e gordura saturada, respectivamente. Do mesmo modo, é possível encontrar comidas típicas de diferentes países, porém com as adaptações necessárias para atender aos padrões culturais do país no qual estão inseridas (POULAIN, 2004; DOS SANTOS, 2005; COELHO, 2008). Para além da incorporação de alimentos que poderiam descaracterizar a cultura alimentar, questiona-se a incorporação de produtos que, muitas vezes, não condiz com as mesmas preocupações nutricionais que levaram a restrição dos produtos parte da cultura alimentar, a exemplo do consumo de produtos industrializados. Estudos realizados na alimentação escolar brasileira verificaram que a preocupação com questões nutricionais levou a não inclusão de alimentos considerados regionais, parte da cultura alimentar ou a descaracterização de preparações tradicionais (FABRI; 2013; GABRIEL, 2013). Porém, a mesma preocupação parecia não levar à exclusão de alimentos industrializados como salsicha, apesuntado, biscoito; dentre outros (FABRI, 2013).

Ao falar de cultura ou contexto cultural é preciso reconhecê-los como um processo móvel, dinâmico e suscetível a adaptações, mais ou menos perceptíveis, resultante das constantes transformações da sociedade (DOS SANTOS, 1987; COELHO, 2008). No entanto, deve se ater ao limiar dessas modificações para que não leve a um processo de aculturação, descaracterização da cultura alimentar, não reconhecimento e desvinculação daquele produto do seu território e cultura em futuras gerações. Para tal, se faz necessário compreender que cultura alimentar está relacionada com o local de origem da população, recursos naturais (solo, clima, vegetação, etc.), crença, informação (educação, comunicação), etnia, tecnologia (caça, agricultura, horticultura, transporte, processamento, armazenamento, etc.), colonização e cuidados de saúde. Engloba desde aspectos de produção a escolha e preparo dos alimentos (MALUF, 2007; CHEMIN, 2007; EVANS et al., 2011, WAHLQVIST; LEE, 2007).

Ainda, nesse processo de escolha alimentar permeiam em paralelo as influências comunitárias e o crescente individualismo, apesar da influência do contexto sociocultural nas modificações alimentares individuais e em grupo (WOORTMAN; WOORTMAN, 2005). Fischler (1990) refere também o enfraquecimento das pressões sociais sobre o comer. O autor aponta o crescimento do individualismo, seja nas decisões alimentares, ou no surgimento de

porções individualizadas, de cardápios diferentes para determinado público, visando atender diferentes perfis de indivíduos que compartilham uma mesma mesa. Em contraponto, emergem movimentos de comunitarização que permitem reafirmar o sentimento de pertencimento a um local de origem, a uma cultura regional, por meio da alimentação e suas significações. Essa tendência por sua vez estimula produtos regionais que acentuam uma tradição; enraizados em um contexto cultural local, regional ou nacional (POULAIN, 1997; POULAIN, 2012).

Incorporar territorialidade como aspecto simbólico da alimentação saudável, significa considerar que existem variedades na alimentação entre municípios, regiões, estados, países e que a população nacional é originária de várias partes do mundo (DOS SANTOS, 1987; ORNELLA, 2008; CASCUDO, 2011). A população difere ainda internamente segundo faixa etária ou grau de escolarização, por exemplo. E, tudo isso se reflete no plano cultural. A diversidade das culturas existentes faz parte da variedade da história humana, expressa possibilidades de vida social organizada e registra graus e formas diferentes de domínio humano sobre a natureza (DOS SANTOS, 1987).

Assim, ao pensar, por exemplo, em dieta mediterrânea sabe-se que é característica da cultura alimentar dos países mediterrâneos, porém a mesma sofrerá variações dependendo do local do mediterrâneo que o país está situado. Desse modo, a promoção da alimentação mediterrânea como sinônimo da alimentação saudável, dissociada do contexto geográfico e cultural no qual os indivíduos estão inseridos, parece consistir em o que Hubert (1998), citado por Poulain (2012), denomina de “mito biomédico”. Considera-se novamente apenas a perspectiva nutricional e biomédica da alimentação.

Além da individualização, a industrialização da produção, processamento e comercialização de alimentos contribuem para o enfraquecimento dos determinismos sociais na alimentação, no sentido de pertencimento a uma comunidade (FISCHLER, 1990). Perde-se o contato com o campo, com a origem dos produtos consumidos, com a composição (em termos de ingredientes) dos alimentos, a ponto de não saber realmente o que está sendo consumido. Desse modo, um refogado de abobrinha, pode conter, além da abobrinha, 18 tipos de agrotóxicos diferentes (maioria não autorizado para a cultura) (BRASIL, 2016a), gordura interesterificada e/ou *trans*; aditivos a base de sódio, dentre outros, se adicionado margarina ou creme vegetal, por exemplo. Um pão caseiro contém basicamente farinha de trigo, água, sal e leveduras usadas para fermentar (sem adição de aditivos alimentares) (BRASIL, 2014). No entanto, pães industrializados podem levar a adição de outros ingredientes, os quais contém gordura *trans*, aditivos à base de sódio, açúcar de adição, subprodutos de milho e/ou soja e/ou corantes e/ou aromatizantes e/ou estabilizantes; dentre outros. Pode-se mencionar ainda a

possível presença de resíduos de agrotóxicos presentes em cultivos de soja, milho, cana de açúcar e trigo.

Ademais, alimentos ou preparações típicas brasileiras, que carregam representações simbólicas e históricas (SCHWARCZ, 1995; MINTZ, 2001; CASCUDO, 2011), a exemplo da feijoada, hoje reconhecida e associada a comida nacional brasileira, podem ser consideradas como não saudáveis se visto somente pelo ponto de vista nutricional, relacionado ao consumo de gorduras saturadas. Porém, rotulá-la como não saudável seria ignorar o seu papel simbólico.

Estima e colaboradores (2009) fizeram uma revisão de literatura sobre os determinantes das escolhas alimentares. Dentre esses, destaca-se a presença de determinantes identificados nesse trabalho como parte da dimensão simbólica. Os autores categorizaram os 4 grupos de determinantes das escolhas: (1) biológicos, (2) econômicos, relacionados a (3) oferta e disponibilidade de alimentos e (4) determinantes sociais. Como determinantes biológicos consideraram fome, apetite e sabor, sendo esse último compreendido neste trabalho como parte da dimensão simbólica. O mesmo aconteceu para determinantes presentes na categoria 3, a qual englobou aspectos relacionados a habilidades culinárias e tempo disponível para preparo e realização de refeições. A categoria denominada de social contemplou somente aspectos relacionados ao que denominamos de dimensão simbólica: cultura, família, amigos e padrões de consumo de refeições.

Apesar de os hábitos alimentares serem referidos como resistentes a mudanças (CONTRERAS; GRACIA-ANAIZ, 2005), acredita-se que o crescente foco na alimentação saudável, sem considerar suas diversas dimensões, pode levar a alterações das práticas alimentares. Essas estão se distanciando do valor simbólico, do tradicional, do local e se aproximando de modismos alimentares insustentáveis e não saudáveis.

Portanto, ao se pensar na ingestão de alimentos é importante lembrar que esses são repletos de tradição (FERNANDEZ-ARMESTO, 2005; MALUF, 2007), de função social e simbólica que não podem ser ignoradas e desvalorizadas. Percebe-se ainda o estreito vínculo entre as dimensões simbólicas e sustentáveis. A valorização do patrimônio cultural, da qualidade dos alimentos e das habilidades culinárias são apontados como aspectos-chave para os padrões alimentares mais sustentáveis (LAIRON, 2012).

No Brasil, a Portaria Interministerial dos Ministérios do Meio Ambiente (MMA) e do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS)<sup>8</sup> nº 163/2016 apresenta uma lista de

---

<sup>8</sup> Atual Ministério do Desenvolvimento Social e Agrário (MDSA)

alimentos considerados da sociobiodiversidade<sup>9</sup> para cada um dos estados brasileiros. A Portaria destaca a prioridade de valorização desses alimentos em programas e políticas públicas de alimentação e nutrição podendo ser considerada um avanço no âmbito das políticas públicas (BRASIL, 2016b). O estímulo a alimentos da sociobiodiversidade tem o potencial de incentivar a formação de cadeias produtivas de interesse de povos tradicionais e agricultores familiares, valorizando as suas práticas e saberes e assegurando os seus direitos (ALTIERI; NICHOLLS, 2012; BRASIL, 2016b). Contribui ainda para a melhoria da qualidade das refeições e estímulo à economia local (ALTIERI; NICHOLLS, 2012), justiça social e desenvolvimento local sustentável (SOUSA et al., 2015).

Considerar esses aspectos ao se pensar em alimentação saudável implica em reconhecer que o saudável é variável de um indivíduo para o outro. Ou seja, o que é saudável para uma pessoa, pode não ser para outra, em um contexto cultural e social diferente. Isso não implica em ignorar as recomendações globais para alimentação saudável, mas sim trazer à luz do conhecimento, todo o contexto relacionado ao saudável, para além da dimensão nutricional.

#### 2.2.2.2 Dimensão Sustentável

Diante do ideal desenvolvimentista, com prioridade ao desenvolvimento econômico e dos seus efeitos sobre o meio ambiente, começaram a surgir, no período do pós-guerra (década de 1960), conferências internacionais demonstrando preocupações ambientais. As primeiras discussões sobre a temática iniciaram em 1968 com a instauração do Clube de Roma (formado por economistas, cientistas, educadores, industriais) que resultou no relatório Limites do Crescimento, base para a Conferência de Estocolmo em 1972. Já a concepção do termo desenvolvimento sustentável surge em 1987, a partir do relatório Nosso Futuro Comum, que apesar de ainda não questionar o modelo desenvolvimentista, refere à necessidade de um modelo que satisfaça as necessidades atuais, sem comprometer a capacidade das futuras gerações em satisfazer as suas (LOURENÇO et al., 2016).

Atualmente, o alcance do desenvolvimento sustentável é apoiado por 3 pilares: social, ambiental e econômico (SACHS, 1993, 2004; WHO, 2017). Autores ainda incorporam aspectos

---

<sup>9</sup> Consistem em alimentos gerados a partir de recursos da biodiversidade nativa, de ocorrência natural de cada região para a produção de alimentos, considerando também sistemas socioculturais. São voltados à formação de cadeias produtivas de interesse dos povos e comunidades tradicionais e de agricultores familiares. (BRASIL, 2017c)

culturais a dimensão social (sociocultural) e nutricionais (PADILLA; CAPONE; PALMA, 2012). Inclusão social e proteção do ambiente e ecossistemas são vistos como três elementos interligados e fundamentais para o bem-estar dos indivíduos e das sociedades e o crescimento econômico deveria ser sustentável, inclusivo e equitativo (WHO, 2017).

Assim, programas, políticas e ações de desenvolvimento sustentável poderiam caminhar em direção à ideia de desenvolvimento defendida por Sen (2000) por “desenvolvimento como liberdade”, que não permite a exclusão social de um grupo e a privação da liberdade. Os indivíduos são vistos como agentes do processo e não somente beneficiários passivos (SEN, 2000). A dependência dos agricultores a sementes e pacotes fornecidos por grandes multinacionais vai de encontro a ideia de desenvolvimento como liberdade, assim como a privação dos indivíduos a alimentos em quantidades e qualidade suficiente. Reitera-se que essa abordagem também é contemplada no conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (discutido no item 2.2.1).

Para tal, ações com vistas ao desenvolvimento sustentável precisariam ocorrer considerando o sistema alimentar<sup>10</sup> como um todo e a promoção da SAN para todos os indivíduos, mantendo-se a preocupação com a preservação do meio ambiente para o não comprometimento das necessidades das futuras gerações, presente no relatório *Nosso Futuro Comum* (1987). França (2013) faz uma crítica à banalização do termo desenvolvimento sustentável, uma vez que, ainda vinculado ao caráter desenvolvimentista, de crescimento, dificilmente abarcará modificações sociais suficientes e profundas para alteração do sistema como um todo. Em uma discussão que incorpore questões éticas<sup>11</sup>, a ideia de desenvolvimento sustentável ainda parece estar associada aos interesses humanos, podendo ser considerado dentro do que se chamada de *ética da conservação*. Ou seja, há um interesse em conservar os recursos naturais, porque eles são limitados e as gerações futuras também têm direito a eles (JUNGES, 2001). No Brasil essa banalização pode possibilitar, por exemplo, a apropriação do termo por grandes empresas (que inclusive de modo direto ou indireto ampliam a degradação ambiental com suas atividades) que utilizam a prerrogativa de atuar para o desenvolvimento sustentável como moeda de troca. E, assim, desenvolvem pequenos projetos de

---

<sup>10</sup> Por sistema alimentar compreende-se que ele engloba elementos (individuais, ambientais, insumos, processos, infraestrutura, dentre outros) e atividades relacionados a produção, processamento, distribuição, preparação e consumo de alimentos, bem como os resultados socioeconômicos e ambientais dessas atividades (FAO, 2017).

<sup>11</sup> A discussão de uma ética ecológica surge como resposta ao contexto de degradação ambiental. A ética do conservadorismo é contrária à *ética da preservação* que considera uma relação harmoniosa e espiritual do homem com a natureza. Não considera a degradação ambiental unicamente para satisfação humana em termos de bens materiais.

sustentabilidade, que pouco ou nada contribuem para modificações considerando os diversos pilares da sustentabilidade e ainda se beneficiem com a redução de impostos (FRANÇA, 2013).

Posta essa reflexão, neste capítulo pretende-se pontuar ações ou indicadores de sustentabilidade e como o tema vem sendo abordado em algumas agendas globais. Preocupações com questões climáticas e ambientais têm sido debatidas frequentemente e fazem parte dos Objetivos do Desenvolvimento do Milênio (objetivo 8) (ONU, 2015a). Modificações climáticas tem se constituído um dos maiores desafios da atualidade. De acordo com a FAO, a sobrevivência de muitas sociedades e seres vivos do planeta estão em risco (FAO, 2016). Além das questões climáticas (relacionadas a emissão de gases), cita-se como desafios enfrentado pela humanidade: o esgotamento dos recursos naturais e impactos adversos da degradação ambiental, incluindo a desertificação, a seca, a degradação das terras, a escassez de água (FAO, 2016; NORDEN, 2014). Pode se dizer que essas questões se agravam ao se somar a aspectos relacionados à produção e consumo de alimentos como uso excessivo de agrotóxicos e transgênicos, desperdício de alimentos, dentre outras.

Os fatores ambientais, por sua vez, estão diretamente relacionados com a promoção da segurança alimentar e nutricional, a exemplo da melhoria do acesso a alimentos em quantidade e diversidade adequados, considerando produção e consumo: econômica, ambiental e socialmente sustentáveis. O relatório dos Objetivos do Desenvolvimento do Milênio (ODM) da Organização das Nações Unidas do ano de 2015 demonstrou a redução da biodiversidade tendo em vista a tendência crescente de espécies em risco de extinção (ONU, 2015b). Ainda, em 2015, a Organização das Nações Unidas, considerou a sustentabilidade ambiental como o pilar para o desenvolvimento, devendo ser considerada como um pré-requisito nas ações de desenvolvimento socioeconômico e erradicação da pobreza. Desse modo, em janeiro de 2016 passaram a vigorar os 17 Objetivos para o Desenvolvimento Sustentável (ODS)<sup>12</sup>, contendo

---

<sup>12</sup> Objetivos ODS: 1. Acabar com a pobreza em todas as suas formas; 2. Acabar com a fome, alcançar **a segurança alimentar e melhorar a promover uma agricultura sustentável**; 3. Garantir uma vida saudável e promover o bem-estar de todos em todas as idades; 4. Garantir uma educação de qualidade inclusiva e equitativa e promover oportunidades de aprendizagem; 5. Alcançar a igualdade de gênero e capacitar todas as mulheres e meninas; 6. Garantir a disponibilidade e gestão sustentável dos recursos hídricos e saneamento para todos; 7. Garantir o acesso a serviços acessíveis, viáveis, sustentáveis e energia para todos; 8. Promover o crescimento econômico sustentado, inclusivo e sustentável, emprego pleno e produtivo e trabalho digno para todos; 9. Construir infraestruturas resilientes, promover industrialização e a inovação; 10. Reduzir a desigualdade dentro e entre os países; 11. Tornar as cidades e os assentamentos humanos inclusivos, seguros, resilientes e Sustentável; 12. **Garantir padrões sustentáveis de consumo e produção**; 13. Tomar medidas urgentes para combater as alterações climáticas e os seus impactos; 14. Conservar e utilizar de forma sustentável os oceanos, mares e recursos para o desenvolvimento sustentável; 15. Proteger, restaurar e promover a utilização sustentável das Ecossistemas, gerir de forma sustentável florestas, combater a desertificação, reverter a degradação da terra e deter a perda de biodiversidade; 16. Promover sociedades pacíficas e inclusivas, proporcionar acesso à justiça eficaz para todos responsáveis e

165 metas para o Desenvolvimento Sustentável até 2030. Os ODS novos, diferentemente dos ODM, são universais e se aplicam a todos os países e não apenas àqueles em desenvolvimento (ONU, 2017). Apesar do foco essencialmente em alterações climáticas, sabe-se dos efeitos dessas na produção de alimentos. Porém, ainda é questionável o quanto os ODS realmente enfocam suas ações no desenvolvimento de um sistema alimentar realmente mais saudável e sustentável (HAWKES, POPKIN, 2015).

Dentre os ODS destacam-se aqui os objetivos 2, 12 e 14 que versam diretamente sobre questões relacionadas à sustentabilidade. O objetivo 2 enfatiza a relação entre a promoção da SAN e métodos produtivos sustentáveis de alimentos. Dentre as metas para 2030 pretende-se duplicar a produtividade agrícola e os rendimentos para os métodos produtivos em pequena escala, de agricultores familiares; especialmente com mão de obra feminina. Pretende-se promover o acesso seguro e igualitário à terra e demais recursos e insumos, conhecimento, serviços financeiros e mercados (ONU, 2015c). No entanto, considerando todo o cenário já referido nessa contextualização teórica evidencia o caráter idealista das recomendações para o desenvolvimento sustentável.

Apesar dos diversos parâmetros necessários para se alcançar uma produção sustentável, pesquisas relacionadas a promoção da sustentabilidade parecem estar centradas em questões ambientais, principalmente relacionadas ao impacto ambiental das dietas no que se refere à emissão de gases (CALDERÓN; IGLESIAS; LACA et al., 2010; BALDWIN; WILBERFORCE; KAPUR, 2011; DEL BORGHI et al., 2014; CERUTTI et al., 2016), desconsiderando aspectos sociais e econômicos (MORGAN, 2008). Como exemplo, cita-se uma produção de maçã, do tipo monocultura em larga escala, possibilitando uma maior oferta em quantidade de frutas à população. Mas que, se realizada em pequena propriedade, de modo agroecológico, por produtores familiares, sem exploração de mão obra vai ao encontro do desenvolvimento sustentável e promoção da alimentação saudável em seu sentido mais ampliado. Isso porque apoiaria o desenvolvimento local e a agricultura familiar, valorizando a cultura de produção e consumo da região e ampliando a diversidade alimentar de modo social e economicamente justo (GOGGINS; RAU, 2016).

Ao se analisar o conceito de dieta sustentável observa-se a relação com toda a cadeia produtiva de alimentos. O conceito foi introduzido pela primeira vez em 1986, no primeiro guia alimentar norte americano, intitulado Guia para Dieta Sustentável. De acordo com o guia, uma

---

inclusivas em todos os níveis; 17. Reforçar os meios de implementação e revitalizar a Parceria Global para o Desenvolvimento Sustentável (ONU, 2015c)

dieta deveria considerar as questões de abastecimento alimentar relacionado ao consumo de alimentos, envolvendo a identificação de alimentos produzidos localmente que satisfizessem os hábitos locais e as necessidades nutricionais, além de aperfeiçoar o uso de terras agrícolas, energia, água, entre outros (GUSSOW; CLANCY, 1986). Porém, ações em direção à promoção de uma dieta sustentável permaneceram adormecidas em detrimento ao apoio à industrialização, sistema intensivo de produção, globalização alimentar (JOHNSTON et al., 2014).

A FAO define uma Dieta Sustentável como uma dieta que seja economicamente justa, nutricionalmente adequada, segura e saudável, culturalmente aceitável e de baixo impacto ambiental, para preservação/manutenção da saúde população e ambiente (FAO, 2012). Evidencia-se a complexidade da temática frente aos diversos fatores que devem ser considerados para que uma alimentação saudável incorpore questões de sustentabilidade, aspecto considerado chave para as políticas e ações de alimentação e nutrição (HAMMOND; DUBÉ, 2012; JOHNSTON ET AL., 2014; GIL et al., 2015).

Na etapa de produção de alimentos destacam-se as práticas agroecológicas. A regulamentação nacional da produção de orgânicos avançou a partir da publicação da Lei Federal n. 10.831, de 23 de dezembro de 2003 (BRASIL, 2003) e do Decreto Federal n. 6.323, de 27 de dezembro de 2007 (BRASIL, 2007). Porém, a produção com base nos princípios da agroecologia foi incorporada como pauta na agenda governamental somente em 2012 (SAMBUCHI et al., 2017). Nesse ano foi instituída a Política Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica (PNAPO) por meio do Decreto nº 7.794 de 20 de agosto de 2012 (BRASIL, 2012) que culminou na elaboração do Plano Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica (PLANAPO) 2013-2015 (BRASIL, 2013). Essa surge a partir de intensas e constantes lutas dos movimentos sociais, sociedade civil, organizações do campo, representando um marco histórico em relação ao compromisso do governo brasileiro com a ampliação e efetivação de ações em prol do desenvolvimento rural sustentável (TROVATTO et al., 2017; SAMBUCHI et al., 2017).

A agroecologia se opõe ao modelo de agricultura industrial dominante. Consiste em um conjunto de arranjos produtivos socioeconômicos, modernos ou tradicionais (GLIESSMAN, 2001) da agricultura familiar de baixo impacto ambiental ou energético, uso de sementes crioulas e variedades de cultivo local, identificando-se com ideais biológicos, ecológicos e orgânicos (ALTIERI; LETORNEAU; DAVIS, 1983, DAROLT, 2005). O fomento à agroecologia ainda está diretamente relacionado à gestão dos produtos químicos e resíduos apontados dentre as metas do objetivo 12 dos ODS. Sob esse aspecto, a ONU destaca a

necessidade de reduzir significativamente a liberação desses compostos para o ar, a água e solo, a fim de minimizar os seus efeitos adversos na saúde humana e no ambiente (ONU, 2015c).

Percebe-se que ao valorizar práticas agroecológicas atua-se também na valorização de cultivos locais e aproxima-se a dimensão simbólica da alimentação saudável, o que reforça a importância dessa prática e da PNAPO na promoção da alimentação adequada e saudável. Dentre os aspectos pontuados pelas diretrizes da política que sustentam essa premissa estão: promoção da SAN e DHAA a partir da oferta de alimentos orgânicos e de base agroecológica (isentos de contaminantes); uso sustentável de recursos naturais, conservação e recomposição de ecossistemas; promoção de relações justas de trabalho; promoção de sistemas justos e sustentáveis de produção, distribuição e consumo de alimentos; valorização da agrobiodiversidade, de produtos da sociobiodiversidade e de práticas que envolvam o manejo de raças e variedades locais, tradicionais ou crioulas<sup>13</sup> (BRASIL, 2012b). Sambuchi et al. (2017) também referem como positivo o vínculo da agroecologia como modelo para agricultura familiar, estabelecido pela PNAPO, contrário ao histórico das políticas públicas que tendeu a “empurrar” o agricultor familiar ao modelo do agronegócio.

Assim, a agroecologia além de se aproximar de hábitos regionais, auxilia no acesso a mercados locais de alimentos e na manutenção da biodiversidade e diversidade genética de sementes, plantas e animais (TROVATTO et al., 2017), aspecto esse inclusive destacado dentre as metas para o desenvolvimento sustentável (objetivo 2) (FAO, 2015c); contrapondo-se a produção de transgênicos no Brasil. É possível que o efeito dos alimentos geneticamente modificados sobre a riqueza da produção local de alimentos, modelos tradicionais e culturais de alimentação, baseado em referenciais gustativos, ainda seja subestimado. Reforça-se assim, a capacidade da produção agroecológica na garantia da segurança alimentar e nutricional a população (TROVATTO et al., 2017).

Além da etapa de produção deve-se refletir sobre os impactos das etapas de processamento e comercialização de alimentos na alimentação saudável. A alimentação baseada no consumo de alimentos altamente processados, usualmente produzidos pelas grandes indústrias e comercializados por grandes redes de varejo e/ou atacado são atrelados a comercialização em cadeias longas (HAWKES; POPKIN, 2015). Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) o modo de produção, distribuição e comercialização dos

---

<sup>13</sup> Outros aspectos pontuados entre as diretrizes da PNAPO são: ampliação da participação da juventude rural na produção orgânica e de base agroecológica e contribuição na redução das desigualdades de gênero, por meio de ações e programas que promovam a autonomia econômica das mulheres (BRASIL, 2012b).

alimentos altamente processados impactam não somente em aspectos nutricionais da alimentação, como também na cultura alimentar, o ambiente e a vida social (BRASIL, 2014).

Cadeias curtas de comercialização de alimentos favorecem o consumo de alimentos locais, frescos, sazonais e produzidos pela agricultura familiar (BRASIL, 2014), bem como as relações de reciprocidade (SABOURIN, 2014), a reintegração de hábitos alimentares tradicionais e a soberania alimentar (LANG, 2012). O respeito à sazonalidade, por sua vez, está atrelado a uma produção, processamento e comercialização de alimentos mais sustentável (SUSTAINABLE DEVELOPMENT COMMISSION, 2009; BRASIL, 2014), a exemplo do possível menor uso de insumos químicos ou ausência dos mesmos. Assim, reforça a importância da valorização de sistemas alimentares localizados a partir do retorno a dieta tradicional, cultural e local, em detrimento a sistemas alimentares globalizados (GLIESSMAN, 2001; MORLEY; MCENTEE; MARSDEN, 2014).

A comida local ressignifica o alimento, o contexto no qual ele está inserido e quem o produz, possibilitando aproximação social e transparência nas relações de troca entre produtor e consumidor (FONTE, 2010). De acordo com Harris (2008) a comida local é melhor não somente pela distância percorrida pelo alimento, mas também pelas formas de cultivo geralmente mais sustentáveis e associadas à pequena produção. Possibilita a construção de um sistema alimentar mais equitativo e sustentável, mas também mais complexo por incorporar as dimensões política e social à espacial.

Em nível individual os circuitos curtos de comercialização podem ser observados em vendas diretas dos alimentos produzidos na própria propriedade, entregas de cestas em domicílio (DAROLT; LAMINE; BRANDEMBURG, 2013), hortas comunitárias, agricultura urbana e a iniciativa “Comunidade que Sustenta a Agricultura” (CSA) (O’KANE, 2016). De modo positivo, tem se observado um aumento do comércio do tipo economia solidária no Brasil, baseado em circuitos curtos de comercialização e justiça e respeito nas relações entre produtores e consumidores (SINGER, 2004; BRASIL, 2005). Apesar disso, essa comercialização de alimentos locais em feiras e mercados de agricultores nem sempre é vista como uma melhor opção pelos consumidores que podem preferir hipermercados ou supermercados e lojas especializadas na comercialização de frutas, legumes e verduras (VOINEA; ATALASI; SHILERU, 2016).

É evidente que as escolhas alimentares individuais e coletivas possuem impacto direto na cadeia produtiva de alimentos (POPKIN, 2017). É importante que estas estejam relacionadas a modos de produção, processamento e comercialização mais saudáveis e sustentáveis. Assim, estratégias com foco na saúde que atuam na promoção do consumo de frutas, legumes e

verduras (associado a uma alimentação saudável) deveriam fazê-la de modo atrelado ao fomento a agroecologia. Nesse sentido, as compras coletivas aparecem como um modo de comercialização que pode auxiliar no despertar da consciência de escolhas saudáveis que incorporem a dimensão de sustentabilidade pela característica de educação ambiental e aprendizado coletivo desse tipo de comercialização (DOS SANTOS; CHALUB-MARTINS, 2011).

Evidencia-se também a necessidade de manutenção e proteção da biodiversidade dos ambientes marinhos, ameaçados pela poluição e pesca predatória<sup>14</sup> e em larga escala (objetivo 14 ODS). Do mesmo modo que para frutas, legumes e verduras, o incentivo ao consumo de peixes (associado a uma alimentação saudável) deveria considerar os modos de produção e pesca do mesmo, bem como a regionalidade e sazonalidade. Se a população efetivamente consumisse a quantidade de peixes conforme as recomendações, é provável que o sistema seria insustentável (BRUNNER et al., 2009; SELVEY; CAREY, 2013). Ademais, não seria sustentável e nem saudável o estímulo ao consumo de peixe do tipo salmão, por exemplo, por ser em sua maioria criado em cativeiro e alimentado a partir de pesca predatória (TURCIOS; PAPENBROCK, 2014).

A valorização dos alimentos locais, associada à promoção de um modelo de agricultura com base na agroecologia pode auxiliar na preservação e ampliação da biodiversidade (ASSIS, 2006), se concretizando a partir da domesticação das plantas e dos animais e extrativismo de produtos da fauna e da flora (BRASIL, 2015). A manutenção da biodiversidade é considerada chave para o abastecimento de alimentos, principalmente de populações mais vulneráveis e menor capacidade produtiva (PRESCOTT-ALLEN, 1990).

Nesse sentido, surge o estímulo ao consumo de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC), que se inseridas na alimentação diária, podem aumentar a variedade e a qualidade da alimentação, já que a qualidade nutricional dessas plantas pode ser igual ou superior àquelas domesticadas (KINUPP; BARROS, 2008). São plantas que apresentam grande potencial em aumentar a diversidade da dieta, proporcionando melhoria da qualidade nutricional, sendo acessível para populações em situação de vulnerabilidade social por não apresentarem alto custo (TERMOTE et al., 2014).

---

<sup>14</sup> A pesca predatória é responsável por capturar mais peixes do que o oceano é capaz de “produzir”, além de ocasionar a “morte secundária” de animais marinhos capturados “sem querer” durante a pesca como tubarões, baleias e tartarugas marinhas. Essa ação contínua e devastadora é responsável por gerar impactos agressivos no meio ambiente, na vida marinha e na vida das pessoas.

Evidencia-se que as diversas formas de gestão ambiental para alimentação humana vão além de aspectos econômicos, pois estão associadas a culturas locais, à religiosidade, aos costumes e aos hábitos alimentares; moldados ao longo da história pelas relações de produção e consumo e organizações sociais de produção. Ploeg (2008) refere a diversidade na agricultura em todo o mundo coexistindo agriculturas locais e baseadas em técnicas tradicionais de produção em territórios dominados pelo modelo de agricultura moderna. A agricultura é muito mais do que a sua parte inserida nas cadeias produtivas, pois abrange a alimentação, a gestão do ambiente e a cultura humana (DAL SOGLIO, 2016).

É crescente a preocupação da sociedade em geral com a qualidade dos alimentos consumidos (CARNEIRO et al., 2015). O sucesso da incorporação dos aspectos relacionados à dimensão simbólica e sustentável às estratégias de promoção da alimentação saudável depende, em parte, do combate à padronização dos produtos e a excessiva preocupação com questões higiênico-sanitárias e nutricionais (POULAIN, 2012). Também se faz necessário abordar os impactos das modificações climáticas e sistema produtivo de alimentos em políticas públicas de alimentação e nutrição. Considera-se importante reconhecer as restrições impostas pela escassez de recursos e degradação ambiental, decorrentes dos padrões de produção e consumo insustentáveis, distribuição desequilibrada de alimentos, perdas e desperdícios, dentre outros (WHO, 2014).

Para o incentivo de práticas alimentares saudáveis, Diez-Garcia (2011) ressalta que vários segmentos sociais devem estar engajados a criar condições concretas e simbólicas que promovam um ambiente externo favorável para produzir mudanças individuais sustentáveis.

A OMS e FAO reconhecem a influência de políticas governamentais na determinação da produção agrícola de alimentos direcionadas à promoção de sistemas alimentares saudáveis, com vistas à alimentação saudável e saúde da população (WHO, 2004; FAO, 2017). Desse modo, a dinâmica sociocultural e sustentável (social, ambiental e econômica) relacionada a alimentação saudável pode ser impulsionada por incentivos governamentais. Portanto, deveria se desestimular modelos agrários que oferecem riscos à saúde a ambiente (FAO, 2017), a exemplo do agronegócio brasileiro. E incentivar a transição para modelos sustentáveis compatíveis com a produção pelo pequeno produtor (PORTO; SOARES, 2012; FAO, 2017) de modo integrado a abordagens sensíveis à nutrição (FAO, 2017). É importante reconhecer, respeitar, preservar, resgatar e difundir a biodiversidade e a diversidade alimentar para indivíduos e coletividades, a fim de auxiliar nas formas de acesso a uma alimentação saudável (BRASIL, 2012a; FAO, 2017). Para tal, deve-se respeitar e preservar o conhecimento tradicional e sustentável (WAHLQVIST; LEE, 2007).

### 2.2.3 Estratégias para promoção da alimentação saudável articulando dimensões simbólica e sustentável

É importante perceber que articulação entre ações de fomento à produção e consumo sustentável que incluam a valorização de questões culturais e simbólicas da alimentação com ações de promoção da alimentação saudável (prioritariamente nutricionais), ainda parece não ocorrer em documentos direcionados à população. Ignora-se ou se aborda de modo sutil e muitas vezes incipiente os reflexos da alimentação contemporânea no ambiente e o fato de ser uma via de mão dupla, reproduzindo também efeitos na saúde, conforme demonstrado no item 2.1.1.

Por outro lado, há um movimento de profissionais, acadêmicos e ativistas interessados em ações denominadas de “alternativas” por Winson (2010), que incentivam novas relações entre produtores e consumidores para o consumo de alimentos mais saudáveis (WINSON, 2010; FONTE, 2010). Dentre estes, aponta-se: iniciativas direcionadas para a promoção da SAN, movimento *slow food*, programas direcionados para a promoção de alimentos orgânicos e atividades para aproximação da alimentação com o contexto local (*food relocation; locality food*). Estes atuam em ações conjuntas de fomento a pequenos produtores, oferta de alimentos à população de baixa renda, recuperação ambiental e saúde, resgate de variedades e tradições culinárias esquecidas, valorização da produção e preparo artesanal e tradicional (WINSON, 2010).

Algumas dessas ações, mesmo que não direcionadas especificamente ou exclusivamente para a população e/ou não se constituírem orientações oficiais governamentais, são apresentadas aqui por integrarem aspectos simbólicos e sustentáveis ao mencionarem a promoção da alimentação saudável. Não se pretende esgotar ou trazer um panorama dessas ações existentes em âmbito mundial, mas sim destacar aquelas que surgiram na busca com os termos mencionados no item 1.4.

O movimento *Slow Food* criado em 1986, consiste em uma associação internacional composta de diferentes entidades associadas, incluindo organizações não governamentais e empresas comerciais, totalizando mais de 100 mil membros em mais de 150 países (SLOW FOOD, 2007). De modo geral, o movimento se opõe a padronização da alimentação e defende a importância da informação do consumidor e aproximação desse com o setor produtivo de alimentos, sendo os consumidores vistos como coprodutores. Desse modo o movimento trabalha no resgate da origem dos alimentos, a relação entre produção e consumo, valorizando modo de fazer, locais e alimentos regionais reconhecidos pela cultura alimentar local e parte da

biodiversidade nativa (SLOW FOOD, 2007;2015). Busca ainda o respeito aos modos de vida, cozinhas e singularidades de cada povo e uma relação harmônica entre homem e natureza, sendo essa destacada como fator fundamental para saúde e bem estar humano (JONES, et al., 2003).

Sabe-se que a superação do poder da indústria nas escolhas alimentares atuais em direção ao resgate dos hábitos tradicionais ainda é um desafio (JONES et al., 2003; WINSON, 2010). No entanto, acredita-se que o reconhecimento da identidade de um alimento pode conduzir à manutenção e à preservação dos hábitos alimentares (BOTELHO, 2006), reforçando a importância de movimentos que considerem aspectos simbólicos da alimentação de modo articulado com os sustentáveis, em prol da alimentação saudável.

Sob essa perspectiva o manifesto Arca do Gosto (uma das iniciativas do *Slow Food*) trabalha especificamente na identificação, resgate e valorização de espécies, alimentos e preparações com risco de extinção e esquecimento pelas próximas gerações. Seja por exploração predatória, a exemplo da caça de espécies de animais selvagens, ou consumo esquecido e desvalorizado ao longo do tempo (JONES et al., 2003; SLOW FOOD, 2017). Os produtos ainda devem ser locais e/ou processados com materiais locais, de acordo com práticas locais, ligados a um sentido socioeconômico e histórico e ambiental de uma área específica, produzidos por pequenos agricultores ou pequenas empresas. Até o momento, foram identificados 4345 produtos em todo o mundo e 1173 estão em processo de avaliação. No Brasil, 182 produtos estão catalogados na Arca do Gosto. Alguns exemplos são: araçá vermelho, pinhão, queijo serrano, dentre outros. Ainda outros 132 já foram submetidos para avaliação (SLOW FOOD, 2017). Alguns dos produtos regionais identificados pela arca do gosto também são alimentos da sociobiodiversidade.

Destaca-se o guia para estilos de vidas saudáveis elaborado pela Fundação Ibero-Americana de Nutrição em 2014, por ser destinado à população e contemplar aspectos simbólicos e sustentáveis, associados aos nutricionais. Esse guia trata-se de pirâmide tridimensional, dividida no que consideraram três aspectos centrais: alimentação e nutrição, atividade física, educação e higiene. Cada face da pirâmide é dividida em duas partes (figura 2). De um lado são apresentadas as orientações e do outro os aspectos que precisam ser considerados ao fazer as escolhas alimentares com base nas recomendações. Assim, busca considerar o contexto social e cultural e englobar questões ambientais e de sustentabilidade. Por exemplo, na face Alimentação e Nutrição são apresentadas recomendações para o consumo de alimentos baseado em nutrientes, conforme grupos alimentares. Em paralelo, são feitas orientações para escolha desses alimentos classificados nos grupos alimentares e para

preparo/realização das refeições. São apontadas questões simbólicas como: valorização de aspectos culturais, tradicionais da alimentação (dieta mediterrânea), comer acompanhado (partilhar refeições com a família, aproveitar o momento para a convivência), cozinhar em casa, ter uma alimentação variedade e tranquila. Ainda são feitas orientações com enfoque na produção de alimentos, relacionadas à sustentabilidade ambiental e social: evitar o uso e consumo de alimentos com pesticidas, selecionar os alimentos pensando na manutenção da biodiversidade, no consumo de alimentos locais e sazonais, pautados no comércio justo e que considere o bem-estar animal.

Figura 2 – Pirâmide tridimensional (face Alimentação e Nutrição) para estilo de vida saudável elaborada pela Fundação Ibero-Americana de Nutrição



Fonte: GIL et al. (2014).

Políticas e programas no âmbito da alimentação escolar têm buscado a oferta de refeições mais saudáveis a partir da aproximação com a compra local de alimentos de pequenos agricultores (IZUMI et al, 2010; MORGAN; SONINO, 2008; BRASIL, 2009; WORLD FOOD PRAGRAMME, 2009). Estudos indicam os benefícios das iniciativas no âmbito escolar para inclusão de alimentos produzidos localmente (JOSHI; AZUMA; FEENSTRA, 2008); incentivo a formação de cadeias produtivas de interesse de povos tradicionais e agricultores familiares, valorizando as suas práticas e saberes e assegurando os seus direitos (TRICHES; SCHNEIDER,

2010); promoção e valorização de alimentos regionais e da sociobiodiversidade (MORGAN; SONINO, 2007; GRISA, 2011; BRASIL, 2012; OTSUKI, 2011; FABRI, 2013).

A iniciativa *Farm to School* está presente em países como Estados Unidos, Canadá e Grã-Bretanha. Nos EUA existe mais de 900 projetos em 29 estados que apoiam essa iniciativa, estando presente na legislação de 13 estados (WINSON, 2010). No Reino Unido e alguns países Europeus se utiliza o conceito de *Food Miles*, que considera a distância percorrida pelos alimentos, para incentivar alimentos locais. Países como a Finlândia (NIELSEN, 2009), Itália (MORGAN; SONINNO, 2007) e Dinamarca (HE; MIKKELSEN, 2009), além da aquisição de alimentos locais também se preocupam com a aquisição de alimentos orgânicos, típicos e provenientes de comércio justo. Na Itália, a política de alimentação escolar ainda busca aproximar as crianças com a cultura alimentar local, tanto por meio da oferta de alimentos parte da tradição quanto pela educação das crianças em relação a esses alimentos (MORGAN; SONINNO, 2007). De modo semelhante, no Japão é obrigatória a aquisição de 30% de produtos característicos da cultura alimentar local e produzidos localmente (OTSUKI, 2011). No continente Africano, o incentivo a inclusão de alimentos produzidos localmente na alimentação escolar é observado principalmente em Gana, Nigéria (WORLD FOOD PROGRAMME, 2009) e Mali (MASSET; GELLI, 2013).

No Brasil, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) tornou obrigatória a compra de alimentos da agricultura familiar. Do total de recursos repassados pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento e Educação (FNDE), 30% deve ser investido na compra de produtos dos agricultores familiares. Como resultados positivos observa-se a maior oferta de frutas, legumes e verduras, de produtos orgânicos e de alimentos regionais, a redução na oferta de alimentos industrializados de baixo valor nutricional, dentre outras. Além do Brasil, outros países da América Latina, como Bolívia e Colômbia também possuem ações de incentivo à compra de pequenos produtores locais para oferta de refeições mais saudáveis às crianças.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar e o Programa de Aquisição de Alimentos brasileiro tem se destacado internacionalmente como uma importante estratégia para o combate à fome por meio da oferta de alimentos saudáveis em consonância com a PNSAN (FAO, 2014a; ONU, 2015a).

Em 2015, foi instituído pela presidenta do Brasil, por meio do Decreto n.8553/2015, o Pacto Nacional para Alimentação Saudável, com a finalidade de ampliar as condições de oferta, disponibilidade e consumo de alimentos saudáveis e combater o sobrepeso, a obesidade e as doenças decorrentes da má alimentação da população brasileira. Dentre os eixos do Pacto observa-se a estreita relação entre alimentação saudável e práticas sustentáveis de produção e

consumo, alinhadas aos aspectos sociais e culturais do local. As ações são centradas no fortalecimento da agricultura familiar (produção, comercialização, agroindustrialização), na redução de agrotóxicos e na ampliação de sistemas agroecológicos de produção de alimentos. São previstas ainda, a educação alimentar para hábitos alimentares mais saudáveis. Assim, destaca-se a importância de orientações para a população que considere como saudável os aspectos de produção mencionados anteriormente, para que ações em âmbito de produção ocorram articuladas com as de consumo (BRASIL, 2015).

De acordo com o movimento *Slow Food* um alimento para ser considerado de qualidade deveria incorporar três princípios básicos, sendo esses: “alimento bom”, “alimento limpo” e “alimento ético/justo” (SLOW FOOD, 2015b). Pode-se fazer um paralelo entre o termo “alimento de qualidade” e seus princípios defendidos pelo movimento *Slow Food* e o termo “alimento saudável” e respectivas dimensões simbólicas e sustentáveis, utilizado no presente projeto. Acredita-se que para entender o que seria um “alimento bom” demanda questionar-se - Bom para quem? Em qual contexto? Desse modo, o movimento *Slow Food* destina atenção especial à valorização dos alimentos parte da cultura de um determinado povo ou território para manutenção da tradição e da biodiversidade. Esses alimentos, conseqüentemente possuiriam um valor nutricional e de sabor agregados. Assim, envolve aspectos nutricionais e simbólicos (culturais e de sabor). “Alimentos limpos” devem ser provenientes de plantas e animais cultivados a partir de métodos que não prejudiquem o ambiente.

O incentivo ao consumo de alimentos orgânicos produzidos localmente possibilita a aquisição de alimentos mais frescos e conseqüentemente também com um maior valor nutricional. Ainda, a aquisição de produtos de agricultores familiares locais valoriza esse tipo de produção, incentivando a produção de uma maior variedade de cultura, promovendo a biodiversidade e diversidade da dieta. Conseqüentemente, auxilia na redução de doenças e manutenção da saúde, além da preservação de plantas ameaçadas de extinção. Já o princípio relacionado a um “alimento ético ou justo” engloba questões de acessibilidade a um alimento saudável, de modo que este faça parte da alimentação de toda a população, independentemente de sua classe social (SLOW FOOD, 2015; PETRINI, 2007). Acrescenta-se a esse princípio, o consumo de alimentos produzidos e comercializados a partir de relações justas de trabalho e que valorizem o produtor de alimentos no campo. Desse modo, o movimento *Slow Food* defende a aproximação entre produção e consumo, de modo a auxiliar na preservação da biodiversidade e das culturas locais; o consumo de alimentos artesanais; o prazer ao se

alimentar; o respeito aos produtores e o uso técnicas de cultivo ambientalmente amigáveis (SLOW FOOD, 2007).

Considera-se nesse trabalho que a promoção da alimentação saudável deve ter uma abordagem holística e englobar um olhar para além de questões prioritariamente biológicas, fisiológicas e com enfoque na ingestão de nutrientes ou restrição de alimentos mais ou menos saudáveis (nutricionalmente). Acredita-se que o ser humano é moldado por suas relações sociais, culturais, históricas e familiares, em constante adaptação e mudança, que refletem diretamente nas suas escolhas alimentares. Portanto, abordam-se questões socioculturais, gosto, dentre outras denominadas como partes da “dimensão simbólica” da alimentação, que não podem ser desprezadas em uma abordagem voltada para promoção da alimentação saudável. Soma-se a isso os impactos negativos da alimentação contemporânea não somente para perda da biodiversidade como para aspectos de sustentabilidade (ambiental e social), denominados de “dimensão sustentável”, em toda a cadeia produtiva de alimentos. A produção de alimentos, baseada em monoculturas transgênicas demanda uma quantidade cada vez maior de agrotóxicos, presentes principalmente em alimentos industrializados e ração animal. Ou ainda, o consumo das mesmas frutas, legumes e verduras o ano todo, em sua maioria com grandes quantidades de agrotóxicos e fertilizantes químicos. Nesse capítulo buscou-se demonstrar a relação indissociável entre alimentação saudável e sustentável e como aspectos simbólicos (a exemplo das relações sociais e culturais) também compõem uma alimentação saudável.

É importante perceber como as dimensões do saudável e sustentável se articulam, se sobrepõe e se complementam. Definições e critérios de sustentabilidade englobam questões nutricionais e socioculturais, enquanto que para a promoção de alimentação saudável aspectos de sustentabilidade ambiental, social e econômica são imprescindíveis. Portanto, o saudável e o sustentável devem ser reconhecidos e trabalhados de modo indissociável, dentro do contexto sociocultural do indivíduo.

O quadro 5 resume aspectos relacionados às dimensões simbólicas e sustentáveis para uma alimentação saudável, indicando como ambos se articulam e se complementam.

Quadro 5 – Aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável

<b>Aspectos simbólicos da alimentação saudável</b>
Valorização/resgate/respeito da cultura alimentar; alimentos tradicionais; alimentos regionais; típicos; locais
Gostos e preferências (pautados em referências culturais); aspectos sensoriais como cor, sabor, odor; memórias gustativas
Comer como ato social; compartilhamento de refeições; socialização
Alimentos associados a festividades
Cozinhar, preparar refeições
Tempo para realização das refeições
Prazer em comer/ Comer sem culpa
<b>Aspectos sustentáveis da alimentação saudável</b>
Produção e consumo de alimentos locais, regionais, tradicionais
Produção e consumo de alimentos agroecológicos
Produção e consumo de carnes de modo sustentável (baseado em sistema extensivo de produção, orgânico)
Produção e consumo de peixes de modo sustentável (não provenientes de pesca predatória)
Incentivo a circuitos curtos de comercialização, valorização de pequenos produtores
Consumo de alimentos frescos, sazonais
Consumo de alimentos em variedade e diversidade
<b>Relações entre aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável</b>
O consumo de alimentos produzidos por pequenos produtores está associado a valorização de alimentos regionais, parte da cultura e tradição de produção e consumo. Atua na valorização do saber fazer local e manutenção da biodiversidade e sementes tradicionais
O consumo de alimentos agroecológicos e o não consumo de alimentos transgênicos favorece a preservação de espécies tradicionais, sementes crioulas e auxilia na preservação da biodiversidade e diversidade alimentar
O consumo de alimentos agroecológicos e não consumo de alimentos transgênicos e com uso de agrotóxicos favorece relações mais justas de produção
O consumo de alimentos agroecológicos possibilita resgatar e reincorporar alimentos relacionados à identidade histórica e sociocultural, tanto de práticas de produção quanto de consumo
O consumo de alimentos agroecológicos favorece a manutenção da memória gustativa de alimentos associados a cultura local
O consumo de alimentos agroecológicos auxilia na preservação de alimentos da sociobiodiversidade
A valorização da pesca artesanal relaciona-se ao consumo de peixes sazonais, locais e mais característicos da cultura alimentar
A aquisição de alimentos regionais, de produtores locais valoriza a cultura alimentar da região e estimula cadeias curtas de comercialização, favorecendo o comércio com base em princípios de justiça econômica e social
Consumo de alimentos locais, tradicionais que fazem parte da cultura alimentar de uma família ou grupo social possibilitando o resgate de alimentos desvalorizados e esquecidos com o tempo, a valorização da cultura e identidade de um povo, a preservação de espécies e valorização da biodiversidade e relaciona-se a promover a socialização, o compartilhamento de refeições e a integração social

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

## 2.3 SIGNIFICADOS ATRIBUÍDOS À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

### 2.3.1 Influência da alimentação saudável nas práticas alimentares

Autores referem um crescente interesse e preocupação da população com a saúde ou alimentação saudável (VILÀ, 2017). Apesar da dificuldade de se compreender os fatores que influenciam as escolhas alimentares, bem como a complexidade do ato de se alimentar (POULAIN, 2012; JOMORI, PROENÇA, CALVO, 2006; FREIDIN, 2016), o interesse por alimentos saudáveis ou com “apelo de saudável” se constitui em uma importante influência nessas escolhas (STEPTOE; POLLARD; WARDLE, 1995; BECH-LARSEN; GRUNERT, 2003; EERTMANS et al., 2006; LANDSTROM et al., 2007; VERMEIR; VERBEKE, 2008; GRUNERT; WILLS; FERNANDEZ-CELEMIN, 2010; SCHERMEL et al., 2014).

Estudo realizado por Voinea, Atanase e Schileru (2016) com estudantes universitários na Romênia, com idade entre 22 e 30 anos, identificou que uma alimentação saudável era considerada muito importante ou importante para 82% dos entrevistados. Os autores pontuam que uma preocupação com alimentação saudável pode indicar uma oportunidade e mudança dos hábitos alimentares em direção ao saudável. Para tal, destacam a importância de informação adequada, educação do gosto e orientação para escolhas mais saudáveis.

A população recebe diariamente mensagens relacionadas a alimentos, dietas e saúde e diferentes fontes. Observam-se informações científicas ambíguas relativas aos nutrientes dos alimentos (LOBSTEIN; DAVIES, 2009) e interações complexas relacionadas ao desenvolvimento dessas (GOLDBERG, 1992). Ainda, a multiplicação de discursos reducionistas, confusos e conflitantes e a propagação indiscriminada de discursos higienistas, dietéticos e estéticos (POULAIN, 2012). Mensagens dissonantes, confusas (BOYLAN; LOUIE; GILL, 2012; POULAIN, 2012) e de confiabilidade e consistência questionáveis (GOLDBERG, 1992; FREIDIN, 2016), focadas no corpo, peso e nutrientes se relacionam com flutuações e contradições no discurso dietético; com o reducionismo corporal da atuação prática de profissionais da saúde e incapacidade de controlar práticas e hábitos relacionados a toda cadeia produtiva (POULAIN, 2012).

Observa-se o uso de terminologias que remetem a aspectos simbólicos e/ou sustentáveis, a exemplo de termos como tradicional, caseiro, original, puro, natural, em alimentos industrializados com características que não correspondem a esperada para essas terminologias (MULLER, 2016; FSA, 2008). Ademais, não são previstos pela legislação

brasileira. Estudos têm demonstrado que a presença de alegações não necessariamente indica um produto com melhor qualidade, inclusive nutricional (NISHIDA; FERNANDES; PROENÇA, 2016; RODRIGUES et al; 2016; KANEMATSU, 2017).

Segundo Poulain (2012), a alimentação do comedor moderno é caracterizada não pela ausência de regras, mas por um aumento de discursos contraditórios nos quais parece imperar um modelo de estética corporal em contraposição ao prazer do ato de se alimentar, ou ainda, o esteticismo culinário fomentado pelo discurso jornalístico e televisivos, que confunde e distancia a relação do homem com a natureza (POULAIN, 2012). Nesse sentido, Lucan e colaboradores (2012) observaram a relação direta entre um programa de TV americano e a classificação de alimentos com uso de farinha branca como ‘não saudáveis’, demonstrando a influência dos mesmos sobre o que é considerado ou não saudável, podendo favorecer o surgimento de modismos alimentares.

Assim, as decisões alimentares atuais acontecem em um contexto social no qual, diariamente, os indivíduos recebem informações sobre o que é ou não é saudável; sobre alimentos protetores ou maléficos para a saúde e sobre padrões de beleza. Cresce o apelo para uma vida mais saudável, porém a expressão alimentação saudável tem sido por vezes banalizada no seu uso e associada à dieta para perda ou gerenciamento do peso (PAQUETTE, 2005; BOYLAN; LOUIE; GILL, 2012).

O consumidor ao fazer suas escolhas alimentares enfrenta diferentes compensações. Estudos tem demonstrado a influência dos sentimentos, da preocupação com imagem corporal (NEUMARK-SZTAINER et al., 1999), da mídia, de aspectos sensoriais e biológicos, dentre outros (JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2006; ALLOM; MULLAN, 2014) nas escolhas alimentares saudáveis de adolescentes e adultos.

Em função da influência da publicidade e do marketing de alimentos nas escolhas e hábitos alimentares, a Organização Mundial da Saúde alerta que essas mensagens não devem induzir o consumidor ao erro sobre os benefícios e riscos nutricionais dos alimentos (WHO, 2004).

Assim, a grande quantidade de mensagens sobre alimentação saudável e dieta, somada a contradição nos discursos entre os pesquisadores, profissionais saúde e mídia, o desenvolvimento contínuo ciência da Nutrição (PAQUETTE, 2005; SKERRET; WILLET, 2010; IMAMURA et al., 2015) e os diferentes conceitos e terminologias utilizados, tem dificultado a compreensão do consumidor sobre alimentação saudável (PAQUETTE, 2005; RONTELTAP et al., 2012; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015). Uma alimentação saudável nem sempre é compreendida e interpretada de modo uniforme entre os consumidores

(RONTELTAP et al., 2012; BUCKTON.; LEAN; COMBET, 2015). Ademais, pode levar a uma dissonância social (simbólicas) e/ou dietética (nutricional) entre aquilo que é interiorizado pelo indivíduo e as suas práticas reais (POULAIN, 2012; COOK-COTTONE; TRIBOLE; TYLKA, 2013; JENNINGS et al., 2014).

Abordagens alternativas que orientam o indivíduo a aceitar todos os alimentos ao invés de classificá-los em proibidos ou permitidos são sugeridas como mais positivas (HEALY et al, 2015). Os benefícios apontados relacionam-se à saúde tanto corporal quanto mental, como melhoria da autoestima e redução na insatisfação corporal, distúrbios alimentares e depressão (VAN DYKE; DRINKWATER, 2014).

Considera-se que a promoção da alimentação saudável consiste em um conjunto de estratégias para a realização de práticas alimentares apropriadas aos aspectos biológicos, socioculturais e sustentáveis. E que para tal é importante o diálogo entre profissionais da saúde e população, além de políticas e ambientes que favoreçam comportamentos saudáveis (BRASIL, 2010). Nesse sentido, destaca-se o papel do nutricionista que tem como função privativa: “assistência e educação nutricional a coletividades ou indivíduos, sadios ou enfermos, em instituições públicas e privadas e em consultório de nutrição e dietética” (CFN, 1991).

No entanto, as intervenções nutricionais e discursos de profissional da saúde costumam ser restritas à difusão de informações sobre benefícios e malefícios de determinados alimentos e nutrientes (PAQUETTE, 2005; CASTRO et al., 2007), abordagem que parece ser questionável e insuficiente (TORAL; CONTI; SLATER, 2009). Saúde e nutrição podem se consistir em apenas um dos fatores que influencia nas escolhas alimentares.

A abordagem unidirecional (de cima para baixo), que não considera o contexto sócio-histórico-cultural e o conhecimento do indivíduo pode levar à identificação de um alimento parte da cultura alimentar como um alimento “ruim” (JENNINGS et al, 2014). Estudo conduzido por Jennings et al., (2014) com a população bengali residente na Alemanha identificou pouco diálogo entre os profissionais de saúde e a população levando a promoção de mensagens que não contemplava os conhecimentos dos indivíduos sobre a saúde e que consideravam os alimentos bengali não saudáveis. Por outro lado, os indivíduos adquiriam esse conhecimento e incorporavam nos seus discursos, aceitando a visão dos profissionais e duvidando dos seus conhecimentos tradicionais sobre alimentação e saúde. Os autores destacam como fundamental abordar estes desequilíbrios de poder (visão profissional e visão do indivíduo) e promover ações que dialoguem com a comunidade, para então valorizar e respeitar a natureza dinâmica e repleta de significados da comida, da “comida de casa” junto às recomendações ao invés de uma subclassificação da mesma.

Por outro lado, são crescentes os movimentos questionando os riscos da industrialização para saúde, ambiente e sociedade, não somente pelos riscos do sistema de produção e consumo atuais, como também pelas incertezas alimentares geradas nos sujeitos (LUPTON, 2000; FISCHLER, 2010; SASSATELLI; DAVOLIO, 2010; SLOW FOOD, 2015).

Na contramão da alimentação globalizada observa-se também um maior interesse dos consumidores por movimentos contrários, que aproximam a produção e o consumo. Há um crescente interesse por alimentos orgânicos (TERRAZZAN, VALARINI, 2009), alimentos locais, associados a um local de origem; alimentos tradicionais, parte da cultura local (KUZNESOF; TREGGAR; ANDREW, 1997; ILBERY; KNEASEAF, 1998; PESTEIL, 2006; VERBEKE; ROOSEN, 2009; GUERREIRO et al, 2009), o que pode estar despertando uma maior consciência para aspectos simbólicos e sustentáveis como parte da alimentação saudável. Soma-se a isso uma maior consciência e a sensibilidade ecológica por parte do consumidor (JUNGES, 2001).

Apesar das abordagens para promoção da alimentação saudável se centrarem, principalmente em questões nutricionais e de saúde, sabe-se que as motivações para que o consumidor considere esses aspectos nas suas escolhas alimentares ainda não são muito bem compreendidas (ASCHEMANN-WITZEL, 2015). Ainda mais complexo são as modificações das escolhas alimentares buscando incorporar aspectos sustentáveis (MACDIARMID et al., 2012; MACDIARMID, 2013).

A relação entre o que os indivíduos compreendem e incorporam como uma alimentação saudável e os seus reais comportamentos e atitudes ainda é ambígua e pouco esclarecida (ALLEN et al., 2014). No entanto, é reconhecida a necessidade de compreender como as pessoas interpretam os alimentos e o ato de comer em suas vidas cotidianas para proposição de intervenções viáveis (BISOJNI et al., 2012).

Para entender como as pessoas compreendem a alimentação saudável é importante explorar as fontes a partir das quais os indivíduos reúnem os significados em relação à alimentação e como moldam suas escolhas (FALK et al., 2001). A complexidade dos fatores que envolvem a alimentação precisa ser reconhecida e compreendida, enfatizando a importância de buscar a avaliação e orientação em relação a alimentação saudável considerando sua totalidade (FUSTER et al., 2013). Desse modo, é necessário considerar estilos de vida e hábitos modernos, expectativas culturais e sociais e o ambiente em que são feitas as escolhas alimentares (MACDIARMID, 2013). Jennings et al. (2014) referem a necessidade de um maior

diálogo entre os profissionais de saúde e a população atendida, permitindo uma melhor aceitação da natureza dinâmica da alimentação e das diversas percepções em relação ao papel que determinados alimentos desempenham na promoção da saúde.

Destaca-se a importância de entender as concepções relacionadas à alimentação saudável (SCHERMEL et al., 2014; WILLIAMS et al., 2014) e como questões simbólicas e sustentáveis são incorporadas nas práticas alimentares saudáveis. Assim, espera-se contribuir no desenvolvimento de estratégias mais holísticas, que contemplem a problemática da alimentação contemporânea, considerando seus impactos para saúde, ambiente, cultura, relações sociais, relações com a comida, dentre outros aspectos elencados nessa tese.

### **2.3.2 Concepções e significados atribuídos a alimentação saudável**

Essa seção abordará o que os indivíduos têm compreendido como uma alimentação saudável, indicando quais aspectos, parâmetros ou concepções são relacionadas ao saudável na perspectiva do indivíduo. As percepções, concepções, crenças, processos automáticos de pensamento, pensamento coletivo afetam decisões importantes na vida dos indivíduos e da sociedade (STEPTOE et al., 1995; SCHIFFMAN; KANUK, 1997). Ressalta-se que, apesar da alimentação saudável ser uma temática recorrente no campo da pesquisa, poucos estudos têm como objetivo principal avaliar interpretações sobre alimentação saudável (BISOONI et al., 2012). Desse modo, esse capítulo apresenta resultados não somente de artigos que tiveram como objetivo investigar interpretações, significados percepções, conhecimentos sobre alimentação saudável (artigos apontados nos quadros 6, 7 e 8 de estado da arte), como também estudos que abordaram essa temática ou como objetivo secundário ou como parte do instrumento de investigação.

Os entendimentos sobre o significado da alimentação saudável são múltiplos (JENNINGS et al., 2014). Segundo revisão conduzida por Paquette (2005) os indivíduos incorporam elementos de múltiplas fontes para construir o seu conceito sobre alimentação saudável, sendo essas: mídia, rótulos de alimentos, fabricantes de alimentos e profissionais de saúde. Smith e colaboradores (2012) identificaram fontes familiares e culturais e lembranças em torno da alimentação como elementos importantes. Em seu estudo os aspectos simbólicos foram suficientes para que os entrevistados identificassem um alimento ou prática como saudável, ainda que os mesmos também tivessem os conhecimentos básicos relacionados a ciências nutricionais. Segundo os autores, esses resultados demonstram que a forma como as

peças entendem e avaliam sua dieta atual pode ser moldada por aspectos relacionados a construção da identidade e origem dos indivíduos.

No entanto, ao encontro das recomendações para alimentação saudável já discutidas, observa-se que a grande parte dos estudos relacionados a comportamento, escolha, concepções e conhecimentos em relação à alimentação saudável já direcionam a avaliação do saudável a parâmetros nutricionais<sup>15</sup>. É comum os estudos partirem de uma análise que classifica os alimentos em saudáveis e não saudáveis e avaliam o conhecimento e/ou comportamento dos indivíduos em relação a esses alimentos. Assim, direcionam a investigação para alimentos e nutrientes que devem ser consumidos em maior ou menor quantidade para que se tenha uma alimentação saudável<sup>16</sup>.

Essa abordagem parece refletir também nas concepções e práticas dos indivíduos, que tendem a classificar o consumo de determinados alimentos e nutrientes como saudáveis ou não saudáveis; classificar os alimentos em bons ou ruins; permitidos ou proibidos (POVEY et al. 1998; PAQUETTE, 2005; BISOGNI et al., 2012). Outro aspecto observado é a compreensão do saudável muitas vezes restrita às recomendações presentes em guias e diretrizes alimentares destinados a população (PAQUETTE; 2005; DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST 2011; MONTAGNESE et al., 2015).

Assim, observa-se a associação do saudável a um maior consumo de cereais e grãos integrais (ROWE, 2010; FSA, 2011; LUCAN et al., 2012), peixes (ROWE, 2010; LUCAN et al., 2012; ROMEIKE et al., 2016), frutas, legumes e verduras (PAQUETTE, 2005; WOROBEY et al., 2010; FSA, 2011; BISOGNI et al., 2012; JENNINGS et al., 2014; FUSTER; MESSER; HO, 2013; SCHOENBERG et al., 2013; HAMMER et al., 2015; ROMEIKE et al. 2016), preferencialmente crus (ROWE, 2010) ou frescos (FUSTER; MESSER; HO, 2013; JENNINGS et al., 2014; HAMMER et al., 2015).

Também são percebidas como saudáveis: “comer com moderação” e/ou “com equilíbrio”, presentes nas recomendações (PAQUETTE, 2005; LUCAN et al., 2012; JENNINGS, et al., 2014; HAMMER et al., 2015; ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016), porém sem uma real compreensão do significado da mesma. Moderação e equilíbrio quando

---

<sup>15</sup> LARSON, STORY, EISENBERG, NEUMARK-SZTAINER (2006); BOUTELLE, BIRKELAND, HANNAN, STORY, NEUMARKSZTAINER (2007); DICKSONSPILLMANN; SIEGRIST, (2011); GILLMAN, FRAZIER, ROCKETT, CAMARGO, FIELD, et al. (2000); CARVALHO, NOGUEIRA, TELES, PAZ, SOUSA (2001); SILVA et al., (2015)

<sup>16</sup> TOWLER & SHEPHERD, 1990; PARMENTER; WARDLE, 1999; BARRATT, 2001; DALLONGEVILLE et al., 2001; KOLODINSKY et al., 2007; PAQUETTE, 2005; LARSON et al., 2006; LOBSTEIN; DAVIES, 2009

citados pelos indivíduos como parte da alimentação saudável parecem termos vagos e não são seguidos de uma contextualização e explicação (PAQUETTE, 2005; DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST, 2011; HAMMER et al., 2015). Questiona-se aqui o próprio conceito de “dieta equilibrada”, algumas vezes definido cientificamente como “aquela que é baixa em gorduras saturadas e *trans*, colesterol, açúcares adicionados, sal e álcool e com grandes quantidades de em frutas e vegetais” (DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST, 2011). E desse modo, também restrita a qualidade nutricional da alimentação. Embora esses conceitos, mesmo que vagos, ainda possam ser compreendidos como o consumo de diferentes tipos de alimentos ou “*um pouco de tudo*” (JENNINGS et al., 2014) e não necessariamente com um olhar reduzido a nutrientes ou exclusão dos mesmos.

Técnicas de preparo como grelhados ou com baixo teor de gordura são referidas como saudável (ROWE, 2010; SCHOENBERG et al., 2014), associado ao consumo de carnes (ROWE, 2010). Além do peixe, a carne de frango tem sido mais associada a um consumo saudável (ROWE, 2010; LUCAN et al., 2012; ROMEIKE et al. 2016), do que carne bovina e suína, essa algumas vezes mencionada como não saudável (ROWE, 2010; LUCAN et al., 2012).

Para terem uma alimentação saudável os indivíduos tendem a apontar alimentos que devem ser proibidos na dieta. Dentre esses, citam os *junk foods* ou *fast foods*<sup>17</sup>, açúcar e doces<sup>18</sup>, gorduras e/ou óleo<sup>19</sup>; alimentos fritos<sup>20</sup>, sal<sup>21</sup>. Cita-se ainda o saudável associado a restrição calórica<sup>22</sup> e dieta para perda de peso<sup>23</sup>.

Em estudo de Schoenberg et al. (2013) realizado com a população rural da região do Apalachia<sup>24</sup> nos Estados Unidos, ter uma alimentação saudável foi visto como um sacrifício e algo inconveniente por estar associada a pouca ingestão de alimentos e restrição de determinados alimentos (refrigerantes, pão branco, frituras, sobremesas, alimentos mais

---

<sup>17</sup> LUCAN et al., 2012; FUSTER et al 2013; JENNINGS et al.; 2014; SILVA et al., 2015; FREIDIN, 2016; HAMMER et al, 2015.

<sup>18</sup> SCHOENBERG, et al., 2013; HAMMER et al, 2015; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015; ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016

<sup>19</sup> FSA, 2011; LUCAN et al., 2012; SCHOENBERG, et al., 2013; JENNINGS et al.; 2014; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015; ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016

<sup>20</sup> PAQUETTE, 2005; SCHOENBERG et al., 2014; FUSTER et. al, 2013; LUCAN et al., 2012

<sup>21</sup> FSA, 2011; ; LUCAN et al., 2012; JENNINGS et al.; 2014; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015; ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN et al., 2016

<sup>22</sup> DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST, 2011; BISOGNI et al. 2012; FUSTER et al., 2013; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015

<sup>23</sup> DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST, 2011; BISOGNI et al., 2012; SCHOENBERG, et al, 2013; FUSTER et al., 2013

<sup>24</sup> Apalachia é uma região geograficamente e culturalmente diversificada de 410 municípios em 13 estados que contém quase 22 milhões de pessoas, ou 8,3% do total de habitantes dos Estados Unidos. Os municípios Apalaches do Kentucky têm indicadores de status socioeconômico entre os mais baixos nos Estados Unidos. Em 2006, a taxa de pobreza dos Apalaches era quase o dobro do da nação como um todo.

gordurosos). Os entrevistados associaram alimentação saudável a termos como “faminto” ou “fazer/preparar sem”. Alimentos não saudáveis eram considerados gostosos, portanto, vistos como um prêmio ou algo que se come quando não está bem (emocionalmente) (SCHOENBERG et al. 2013). A percepção restritiva pareceu levar a comportamentos opostos.

Dickson-Spilmann e Siegrist (2011) identificou conhecimento de mensagens sobre questões nutricionais relacionadas a uma alimentação pela maioria da população suíça analisada. Esse conhecimento foi relacionado às principais mensagens dos guias alimentares, dieta equilibrada, redução de gordura e consumo de diferentes ácidos graxos e vitaminas. Apesar de identificarem uma compreensão da maioria das mensagens, uma alimentação saudável também era compreendida como aquela resultante de uma redução na ingestão de todos os alimentos, independente das características desses alimentos, bem como o consumo de suplementos vitamínicos, mesmo que em substituição aos alimentos.

Em estudo conduzido por Hammer e colaboradores (2015) com indivíduos adultos de 4 comunidades no Canadá foi possível observar na fala dos entrevistados que o foco em nutrientes poderia estar levando os consumidores a um extremismo e reducionismo em termos de práticas alimentares saudáveis: *“a pior coisa é comer fruta enlatada porque tem um monte de açúcar”*.

Ainda, a preocupação com restrições alimentares parece conduzir os indivíduos a classificar os alimentos parte da cultura alimentar como alimentos não saudáveis e que devem ser evitados. De modo que, manter práticas tradicionais tem sido vista como uma barreira para a alimentação saudável (INGLIS; 2005; ROMEIK, 2016). Em estudo conduzido por Jennings e colaboradores (2014) com mulheres de Bengali, residentes em Londres, as entrevistadas declararam que era importante reduzir o consumo de arroz e evitar manteiga (ghee) (alimentos característicos da cultura bengali) para ter uma alimentação mais saudável. Percepção semelhante foi observada por Romeike e colaboradores (2016) em estudo conduzido adultos turcos, marroquinos e holandeses, residentes na Holanda. Os dois primeiros povos referiram uma cultura adepta ao uso frequente de carne e óleo, portanto não saudável. No entanto, esses alimentos além da memória afetiva (comida de mãe, de avó, cidade de origem, dentre outras), relacionam-se a momentos de socialização em família, grupos de amigos, sociedade em geral, festividades (ROWE, 2010).

Ressalta-se que em ambos os estudos a percepção do alimento tradicional como ruim aconteceu em um contexto no qual os sujeitos não residiam mais no seu país de origem. Conceitos que classificam a comida de determinado povo em saudável ou não, além de se pautarem em uma perspectiva nutricional, desconsideram as variações da alimentação dentro

de uma mesma cultura. Além disso, restringe o olhar dos indivíduos para alguns elementos da alimentação, uma vez que parecem não reconhecer os aspectos saudáveis da sua alimentação tradicional, mesmo que sob o ponto de vista nutricional (JENNINGS et al., 2014).

Questiona-se os aspectos morais de rotular a alimentação de determinada população como não saudável, uma vez que ao classificar a dieta como ruim pode haver também um julgamento de valor do próprio indivíduo (SMITH et al., 2012; DELANEY; MCCARTHY, 2013; JENNINGS et al, 2014). Autores referem à influência da abordagem exclusivamente nutricional sobre o julgamento moral (DELANEY; MCCARTHY, 2013; JENNINGS et al, 2014). Com base no discutido por Conveney (2006), Jennings e colaboradores pontuam o perigo moral dos discursos pautados em dietas "boas" e "ruins" que têm criando cidadãos também "bons" e "ruins". Ao limitar a alimentação à saúde, sem contemplar os valores étnicos e culturais existe o perigo de criar o discurso do "outro", do "diferente", do "ruim", estimulando estruturas de poder opressivas e discursos de desvalorização de uma cultura e de um povo. As orientações de profissionais de saúde parecem influenciar na percepção da comida tradicional como não saudável.

Divergências que levaram a percepção de um mesmo alimento como saudável por uns e não saudável para outros foram atribuídas às mensagens confusas e contraditórias transmitidas pela mídia, profissionais de saúde e campanhas educativas (LUCAN et al., 2012; ROMEIKE et al., 2016). Em estudo conduzido por Lucan et al. (2012) alguns participantes admitiram incerteza sobre o que significa comer saudável. Entretanto, os conceitos dos participantes sobre alimentação saudável eram em grande parte consistentes com os conceitos apresentados nas recomendações nutricionais (LUCAN et al, 2012). Contradições mais comuns foram em relação ao consumo de carnes, ora visto como não saudável e ora saudável. Bem como para os tipos de carnes mais ou menos saudáveis (LUCAN et al., 2012; FREIDIN, 2014; ROMEIKE et al., 2016). Outros alimentos que geraram divergências na percepção sobre saudável foram leite, amido/carboidratos e produtos *lights*.

Estudo conduzido Buckton; Lean; Combet (2015) avaliou o que os indivíduos compreendiam sobre quatro mensagens diferentes direcionadas a melhoria da alimentação e saúde, utilizadas no âmbito das estratégias de promoção da saúde, dentre elas ter uma "alimentação saudável". Os indivíduos relacionaram as mensagens a 138 termos diferentes. Apesar disso, as 20 respostas mais frequentes representaram 55% do universo de termos e 118 termos compreenderam apenas 8% de todas as respostas. As cinco respostas mais frequentes para as 4 mensagens foram relacionadas ao consumo de: vegetais, frutas, proteína e frutas, legumes e verduras. Mesmo os termos menos citados ainda estavam relacionados a parâmetros

nutricionais, como o consumo de algum micronutriente, ou restrições, como a exclusão de “besteiras” da alimentação.

Nos quadros 6, 7 e 8 são apresentados os estudos que buscaram identificar as concepções sobre alimentação saudável, que compõe o estado da arte desse estudo. Os estudos estão apresentados em ordem cronológica do ano de publicação. São apresentados os dados disponíveis relacionados a: autoria, ano de publicação, população estudada, método de investigação e análise utilizado, principais concepções sobre alimentação saudável referida pela população estudada. O quadro 6 refere-se aos resultados encontrados com a busca 1<sup>25</sup>, os resultados do quadro 7 com a busca 2<sup>26</sup> e os do quadro 8 por meio da busca de referências nos artigos anteriores.

---

<sup>25</sup> Busca realizada nas bases de dados Scopus, PISCYinfo e ASSIA utilizando termos relacionados a alimentação saudável ("health\* food" OR "health\* eat\*" OR "health\* diet\*" OR "health\* feed\*" OR "health\* meal" OR "healthy eating habits" OR "health\* choice\*" OR "health\* food\*consumption\*") associado a termos relacionados a percepção ("perception" OR "values" OR "views" OR "meaning\*" OR "interpret\*" OR "concept\*" OR "Opnion" OR "knowledge\*" OR "beliaf\*" OR emotion) e termos de pesquisa qualitativa ("qualitative research" OR "semi-structured interview" OR "in depht interview" OR "narrative interview" OR "open ended interview" OR "photo elicitation" OR "focus groups" OR "photo voice" OR "ethnografy" OR "social representation" ). Termos de exclusão também foram utilizados

<sup>26</sup> Busca realizada nas bases de dados Scopus, PISCYinfo e ASSIA utilizando termos relacionados a alimentação saudável ( "health\* food" OR "health\* eat\*" OR "health\* diet\*" OR "health\* feed\*" OR "health\* meal" ) e percepção ( perception OR meaning\* OR interpret\* OR opnion OR beliaf\* OR emotion ), limitando a busca para documentos de revisão.

Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (continua).

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
POVEY, R 1995* *Local#	*Investigar a compreensão sobre o conceito de "alimentação saudável" e mudanças na dieta	-Adultos - 48 participantes estratificados em idade, sexo e status socioeconômico.	-Roteiro# de Entrevistas semiestruturado  -Análise de conteúdo	- Dieta variada - Dieta equilibrada - Dieta contendo alimentos frescos - Dieta com pouca gordura.  Houve algumas variações por idade, sexo e status socioeconômico.
CHAN, K. et al., 2009 China	Analisar a percepção sobre a alimentação saudável, sobre os agentes socializadores que moldam seus hábitos alimentares e suas opiniões sobre várias medidas regulatórias para incentivar a alimentação saudável.	-Adolescente -Chineses -Idade: 13-15 -Ambos os sexos.	-Abordagem interpretativa -Grupo focal -Uso de imagens para auxiliar na condução das entrevistas (14 imagens)  -Seleção de imagens mais e menos saudáveis - 7 perguntas#  -Análise de conteúdo	5 temas. (1) Abordagem equilibrada para comer. <i>Proporções de alimentos de diferentes grupos de alimentos</i> (2) Influência do ambiente doméstico sobre a alimentação saudável (comer em casa mais saudável <sup>+</sup> ). <i>Alimentos preparados em casa têm menos açúcar, óleo e sal e são livres de glutamato monossódico.</i> (3) Influência do meio ambiente não doméstico sobre alimentação pouco saudável (comer fora de casa). <i>Alimentos não saudáveis consumidos em festas, encontros sociais e quando com pressa</i> (4) O papel das mães no incentivo à alimentação saudável (5) O papel dos outros (não familiares) na alimentação saudável.

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +possível relação simbólica e/ou sustentável

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (continua).

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
TORAL, N. CONTI, M.A SLATER, B. 2009 Distrito Federal	Identificar as percepções sobre a dieta, o conceito e barreiras de alimentação saudável, características para a elaboração de materiais educativos.	-Adolescentes -Brasileiros	-Técnica de Grupo focal - Questionário semiestruturado (3 blocos) <i>1. Participantes que acreditavam adotar uma alimentação saudável Tempo dessa dieta ou modificações para alcançá-la</i>  <i>2. Entendimento alimentação saudável. Dificuldades para alimentação saudável</i>  <i>3. Características materiais para promoção alimentação saudável</i>	- Importância de critérios como o equilíbrio, a moderação, a variedade dos alimentos, o fracionamento da dieta e a participação dos nutrientes.  -Redução de guloseimas, alimentos industrializados e <i>fast-food</i> .
KRAHN, V. M. LENGYEL, C. O. HAWRANIK, P. 2011 Canadá - província de Manitoba	Examinar percepções sobre alimentação saudável de idosos residentes em comunidades rurais e do norte em uma província canadense	-Idosos -39 participantes -Canadenses -2 comunidades, uma rural e uma afastada - Indivíduos com 60 anos ou mais	- Técnica de Grupo Focal - 5 grupos focais  -Roteiro <i>Definição alimentação saudável; importância do comer saudável; influência escolhas alimentares; barreiras escolhas alimentares; onde obtêm informações nutricionais.</i>  Perguntas adicionais: <i>Condições que podem ser melhoradas através da ingestão de alimentos; nutrientes preocupantes na dieta; problemas com embalagem e rotulagem de alimentos; recursos disponíveis em suas comunidades específicas.</i>  - Análise de conteúdo - Uso do software Nvivo	5 temas emergentes: (1) Percepções sobre alimentação saudável <i>Consumir uma variedade de alimentos de modo balanceado. Comer muitas fibras e frutas e vegetais e um pouco de carne. Consumo de três refeições por dia é parte de Refeições compostas por uma variedade de alimentos como listados no Guia para comer bem do Canadá.</i>  (2) Atitudes e crenças da saúde (3) Educação nutricional e atividades da comunidade (4) Importância da qualidade dos alimentos (5) Produtos que eu deveria comprar

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (continua).

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
ELL, E., et al., 2012 Brasil – Paraná	-Descrever as concepções de agricultores ecológicos sobre alimentação saudável	-Comunidade Rural agroecológica -Brasileiros -Responsável pelas atividades no campo -Mulheres	-Teoria das representações sociais - Roteiro entrevista aberto <i>O que entende por 'alimentação saudável'</i> ; <i>Considera que a família tem uma alimentação saudável.</i> <i>Tem sido possível ter uma alimentação saudável.</i> <i>Como deve ser a terra para produzir uma alimentação mais saudável</i>  -Análise do sujeito coletivo	3 temas: (1) Tomada de consciência da alimentação saudável <i>Comer alimentos naturais, ou seja, sem agrotóxico, Consumir frutas e verduras em abundância, ingerir feijão e arroz, com pouco sal, e evitar gorduras, frituras e massas. Comida simples, básica</i>  <i>Alimento industrializado menos saudável. Contem químicos adicionados<sup>+</sup>.</i>  (2) Capacidade de compra Compras no mercado associada a produtos menos saudáveis, com química e veneno <sup>+</sup> . Difícil não comprar os produtos que não são saudáveis, importância de saber escolher (3) Terra saudável <i>Preocupação com a natureza é fundamental para uma alimentação saudável, sem nada de química<sup>+</sup>.</i>
LUCAN, S.C et al. 2012	Analisar as crenças sobre alimentação saudável em Afro americanos de baixa renda	-Indivíduos de baixa renda -33 participantes -Afro-americanos - Adultos e idosos -Ambos os sexos	- Entrevistas semiestruturados <i>Definição alimentação saudável.</i> <i>Alimentos saudáveis ou não insalubres. Consumo do dia anterior.</i> <i>Como consumir mais vegetais.</i>  Auxílio de fotos de alimentos saudáveis e não saudáveis  - Análise de conteúdo - Nvivo	- Princípios nutricionais de equilíbrio, variedade e moderação; consumo de alimentos ricos em vitaminas, minerais, proteínas e fibras, e baixo teor de gordura, calorias, colesterol, açúcar e sal. - Orientações nutricionais: 3 refeições por dia, alimentos de todos os grupos, de acordo com a pirâmide alimentar - Modo de preparo: cozido e assado - Orgânicos, naturais <sup>+</sup>  Não saudável: alimentos gordurosos, <i>fast foods, junk food</i> " <i>Soul food</i> " e alimentos anunciados na TV

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (continua).

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
RONTELTAP, A. et al., 2012 Holanda - Amsterdã e Utrecht	Explorar e operacionalizar interpretação dos consumidores sobre a alimentação saudável  Identificar níveis para as interpretações dos consumidores	- Holandeses - Ambos os sexos	- Teoria do nível de interpretação  Grupo focais (35 participantes) <i>Exposição espontânea sobre alimentação saudável</i> <i>Prato favorito e lanche.</i> <i>Classificação do prato favorito ou lanche como saudável ou não.</i>	Discussão inicial do prato favorito centrada em nutrientes ou ingredientes específicos. Alimentos que contêm grandes quantidades de gordura, açúcar e sal foram vistos como não saudáveis Alimentos ricos em vitaminas e minerais, como cálcio e ferro, foram classificados como saudáveis:  Modo de preparo, modo de produção <sup>+</sup> , combinações de produtos, categoria de produtos, quantidade consumida, refeição de consumo foram mencionados em um segundo momento associando com alimentos mais ou menos saudáveis  Dificuldade em classificar alguns alimentos relacionada às informações controversas (ora saudável, ora não saudável).
BISOGNI, C.A et al., 2012 Revisão	Identificar como a pesquisa qualitativa contribuiu para a compreensão das formas de interpretação de alimentação saudável.	- Estudos qualitativos  - Em inglês  - A partir 1995	- Codificação, discussão e recodificação	Saudável relacionado a alimentos e componentes de alimentos, métodos de produção de alimentos, resultados físicos/imagem corporal, resultados psicossociais, padrões impostos pela sociedade, objetivos pessoais.

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (continua).

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
FUSTER, M et al., 2013  2 comunidades de El Salvador	Avaliar as definições e percepção sobre alimentação saudável	- Ambos os sexos	<p>- Técnica de Grupo focal (28 participantes) <i>Preferências alimentares, conceito sobre "comer bem" e "comer saudável", fontes de informação nutricional e barreiras para uma alimentação saudável.</i></p> <p>- Entrevista com informantes chave (6 participantes)</p> <p>- Observação do ambiente</p>	<p>- Saciedade, regularidade, nutrição, variedade, características sensoriais+ e também preocupações de segurança sobre manipulação. -3 refeições por dia (não lanches)</p> <p>-Distinção entre alimentos bons (saudáveis) e maus (não saudáveis)</p> <p>Saudáveis: - Frutas, vegetais, alimentos frescos (caseiros), sopas caseiras – nutrientes e vitaminas</p> <p>- Não saudáveis: <i>fast food</i>, refrigerantes, processados (aditivos); com agrotóxicos+</p>
SCHOENBERG, N.E. 2013 Estados Unidos - Virgínia	Explorar percepções sobre alimentação saudável e ideias para melhor a ingestão dietética	- Norte americanos -99 participantes -Residentes área rural (Apallachia, Virgínia)	<p>- Técnica de Grupos focais</p> <p><i>O que é comer direito ou saudável. Alimentos que vê como "saudável" e não saudável. Consumo desses alimentos. Barreiras consumo saudável. Responsável pelas compras e preparo de refeições. Sentimento em relação aos hábitos alimentares atuais. Como melhorar os hábitos. Significado de dieta. Barreiras peso saudável</i></p> <p>- Entrevistas com informantes chaves (6 entrevistas) <i>Questão adicional</i> <i>Como aumentar o consumo saudável pela população</i></p> <p>-Análise de Conteúdo. Software NVivo</p>	<p>Alimentação saudável associada a dieta e perda de peso.</p> <p>-Aumentar a ingestão de frutas e vegetais -Reduzir o consumo de alimentos e bebidas pouco saudáveis (refrigerante, pão branco, "Alimentos gordurosos", e sobremesas) -Modo de preparo assado ou cozido</p> <p>-Mais naturais+, menos embalados (informantes chaves).</p>

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Quadro 6 – Estado da Arte. Estudos que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável a partir de metodologias qualitativas (termina).

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
FREIDIN, B. (2016) Buenos Aires	Analisar as noções sobre alimentação saudável e percepção de risco associado a comida industrializada	- Mulheres - Adultas - Classe média	- Técnica de Grupo focal (8 grupos) - Roteiro semiestruturado com eixos temáticos# - Materiais audiovisuais utilizados de modo complementar (disparadores das discussões) - Análise conteúdo – Software ATLAS	- Dieta equilibrada e moderada em quantidades, rica em frutas, legumes e verduras, variedade de carnes. - Consumo restrito em gorduras "ruins" de origem animal e vegetal. - Consumo restrito de açúcar e sal - Alimentos orgânicos + – mais frescos, nutritivos e saborosos - Alimentos naturais+, cultura de cuidados ambientais, sem pesticidas (mulheres mais jovens)+  Consumo de alimentos cada vez mais saudável também leva a consideração o contraste entre <i>junk food</i> e comer fora de casa e alimentos caseiros+. - Comida caseira mais saudável – mais fresca, maior controle do processo, mais artesanal +  - Alimentos ou pratos característicos da cultura menos saudáveis + - Compra em supermercado menos saudável
ROMEIKE, K. et al. (2016)	Investigar e comparar as crenças e barreiras que subjazem construções sócio cognitivas e de planejamento relacionados com alimentação saudável e atividade física	- Holandeses, turcos e marroquinos - Adultos e idosos - 20 a 65 anos	- Técnica de Grupo Focal (14 grupos) - Roteiro semiestruturado (construtos da Teoria do Comportamento planejado) <i>Prato favorito. Concepção saudável</i> <i>Motivações e barreiras para alimentação saudável</i> <i>Opinião dos participantes sobre alimentação saudável</i>	- <i>Independente de Gênero ou etnia:</i> Frutas, legumes e verduras vistos como mais saudáveis. - Carne e peixe são saudáveis, embora o consumo (carne) tenha que ser reduzido. - Frango mais saudável que carne bovina  - Comer com moderação (turcos e holandeses) - Menos gordura e uso de azeite (homens de todos os grupos étnicos) - <i>Light</i> mais saudável (mulheres holandesas)  - Frutas, legumes e verduras da própria horta mais saudável+ (mulheres turcas) - Alimentos/refeições parte da cultura alimentar menos saudável (turcos e marroquinos) + - Alimentos atuais menos saudáveis pela adição de componentes químicos, hormônios, manipulação genética (marroquinos) +

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Quadro 7 – Estado da Arte. Estudos de revisão que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
PAQUETTE, 2005	Revisar e resumir a literatura sobre as percepções da alimentação saudável e identificar o estado atual do conhecimento e as principais lacunas de conhecimento.	Artigos que tiveram como objetivo explorar as percepções sobre alimentação saudável e que estavam metodologicamente adequados - Quantitativos: validade interna, confiabilidade, objetividade - Qualitativos: transferabilidade, confiabilidade, confirmabilidade e credibilidade	Bases de busca: MEDLINE, PubMed, Sociological Abstracts, ERIC, CAB abstracts, sycINFO, AgeLine, FRANCIS, CINAHL  Termos de busca: Relacionados a alimentação: <i>healthy eating, food choice, food habit, food, and food selection</i> Relacionados a percepção: <i>perception, lay conceptualization, conception, meaning, belief, attitude, interpretation, conceptualization, and meaning</i>	- Consumo de frutas, legumes e verduras (obrigatórios para alimentação saudável) - Carnes (consumo limitado de carne vermelha); - Menor quantidade de gordura, sal e açúcar - Menor quantidade de alimentos processados e mais feitos em casa+ - Equilíbrio e moderação - Consumo de alimentos conforme grupos alimentares e com diferentes nutrientes - Alimentos frescos+
PROVENCHER, V.; JACOB, R., 2016	Explorar percepções sobre alimentação saudável examinando como fatores cognitivos a influenciam e impactam em escolhas e consumo alimentar	Não especificado.	<i>A presente revisão baseia-se no trabalho realizado por nossa equipe de pesquisa, bem como pelo trabalho de outros pesquisadores na última década.#</i>	Discute a influência de fatores cognitivos, como crenças e estereótipos sobre alimentos, estratégias de marketing e informações nutricionais, influenciam na percepção sobre o saudável  Discute a importância de fatores nutricionais principalmente conteúdo calórico, dada pelos consumidores nas escolhas alimentares saudáveis. Consumidores menos restritos (unrestrained) parece não sofrer tanto essa influência.  Alimentos orgânicos foram geralmente percebidos como mais saudáveis, mas menos saborosos+;

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Quadro 8 – Estado da Arte. Estudo de revisão que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável (continua)

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
FALK; SOBAL; BISOJNI; CONNORS; DEVINE, 2001	Compreender como indivíduos conceituam e gerenciam alimentação saudável	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 79 indivíduos</li> <li>- Homens e mulheres</li> <li>Etnias (Latina, negra e branca)</li> <li>- 18 a 80 anos</li> <li>Diferentes rendas e composições domiciliares</li> </ul>	<p>Entrevistas abertas com roteiro semiestruturado sobre escolhas e comportamento alimentar relacionados a saúde</p> <p><i>O que influencia a forma como você escolhe alimentos? Como você sabe o que sabe sobre alimentação, nutrição e saúde? Você já discutiu alimentação e nutrição com a sua família? Algumas pessoas dizem que se você consumir muitas frutas e vegetais, pode ser que você não fique doente, o que você pensa sobre isso?</i></p> <p>Análise: método de comparação constante</p>	<p>Os temas principais identificados foram:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentação saudável e baixo teor de gordura ("baixo teor de gordura").</li> <li>- Alimentação saudável e alimentos naturais+ / alimentos não transformados</li> <li>- Comer saudável e comer equilibrado</li> <li>- Comer saudável é comer para prevenir doenças</li> <li>- Comer saudável é manter o equilíbrio de nutrientes ("equilíbrio de nutrientes").</li> <li>- Comer saudável é comer para gerir uma doença existente</li> <li>- Comer saudável é comer para controlar o peso</li> </ul>
SILVA; FRAZÃO; OSÓRIO; VASCONCELOS, 2015 Brasil	Analisar a percepção de adolescentes sobre alimentação saudável na escola no interior de Pernambuco	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amostragem intencional</li> <li>-40 adolescentes</li> <li>- 10-14anos</li> <li>- Ambos os sexos</li> <li>Matriculados no Ensino primário e participantes de encontro sobre saúde na escola (que não trabalhou temas relacionados à alimentação)</li> </ul>	<p>Entrevistas: <i>como você se alimenta diariamente? Que informações você recebeu sobre alimentação no contexto escolar? O que você considera como alimentação saudável? O que você acha que ajuda a manter uma dieta saudável? O que impede que você mantenha uma alimentação saudável?</i></p> <p>Análise contextual de segmentos de texto usando o software Alceste.</p>	<p>Almoço: refeição mais oportuna para alimentação saudável pela inclusão de vegetais</p> <p>Frutas e verduras saudáveis.</p> <p>Alimentação saudável e prevenção de doença</p> <p>Não saudável: massa, gordura, besteira, salgadinho, chiclete, pirulito, frituras, sal.</p> <p>Consumo associado a doenças.</p> <p><i>Obs.: alimentos como pizza, lasanha e massas também foram considerados não saudáveis e hipercalóricos na análise dos autores, associando o consumo desses alimentos no final de semana pelos adolescentes como não saudável</i></p>

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Quadro 8 – Estado da Arte. Estudos de revisão que avaliaram a percepção sobre alimentação saudável (termina)

Autores/Ano/Local	Objetivo	População investigada	Método de investigação e análise	Concepções sobre o saudável
<p>HAMMER; VALLIANATOS; NYKIFORUK et al., 2015</p> <p>Canadá - Alberta</p>	<p>Percepções sobre alimentação saudável em quatro comunidades de Alberta, Canadá.</p>	<p>- 35 participantes - 74% mulheres - 55% entre 35 e 64 anos - Diferentes níveis de renda</p>	<p>Componentes metodológicos:</p> <p>Entrevista: <i>O que alimentação saudável significa para você?</i> Registro fotográfico: <i>Gostaríamos que você focasse em coisas na sua comunidade que facilitam ou dificultam que você seja fisicamente ativo e tenha uma alimentação saudável.</i> Entrevista de foto-elicitação: participantes foram solicitados a descrever as fotos mais importantes e os pesquisadores buscaram identificar os motivos para cada uma das fotos. Respostas codificadas e analisadas tematicamente.</p>	<p>Saudável:</p> <p><i>Alimentos</i> -Frutas, vegetais, suco de tomate -Moderação -Associada às recomendações dos guias</p> <p>-Crescer perto do alimento/mercados locais de agricultores/hortas<sup>+</sup></p> <p><i>Não saudável:</i> - Alimentos de festas+ -Frutas em conserva (muito açúcar) -<i>Junk food</i></p>

\*artigo na íntegra não disponível #dados faltantes +relação principalmente simbólica e/ou sustentável

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Dos estudos apresentados nos quadros 6,7 e 8, dois foram estudos de revisão, sendo um de 2005 e um de 2012. Paquette (2005) analisou 38 estudos<sup>27</sup> quantitativos e qualitativos que tiveram como objetivo avaliar a percepção e concepções sobre alimentação saudável ou que tiveram achados secundários sobre a temática. Já Bisogni e colaboradores (2012) avaliaram somente estudos qualitativos com o intuito de analisar a contribuição de métodos qualitativos na compreensão de aspectos relacionados a interpretações sobre alimentação saudável. A revisão se limitou a estudos realizados em países desenvolvidos (Estados Unidos, países europeus, Austrália, Nova Zelândia, Canadá e Japão). Foram analisados 195 estudos<sup>28</sup> relacionados a interpretações sobre saúde e alimentação, incluindo discussões secundárias sobre o tema.

Os resultados de Paquette (2005) apontaram percepções semelhantes, independente da faixa etária, classe social ou etnia dos indivíduos entrevistados. A concepção sobre o saudável esteve relacionada, prioritariamente, ao consumo de frutas, legumes e verduras (obrigatórios para alimentação saudável, principalmente na percepção de mulheres); carnes (consumo limitado de carne vermelha); menor quantidade de gordura, sal e açúcar; alimentos frescos, menos processados e mais feitos em casa e a conceitos de equilíbrio e moderação (associado ao consumo de grupos de alimentos e nutrientes), parecendo ser fortemente influenciada pelas orientações dos guias. Em estudo de Bisogni et al. (2012), as interpretações sobre o saudável também versaram prioritariamente sobre aspectos elencados por Paquette (2005) em termos de alimentos (frutas, vegetais, carnes) e componentes desses alimentos (por exemplo, nutrientes de modo geral, fibras, vitaminas, minerais, gorduras, carboidratos, conteúdo energético, glúten, aditivos químicos). Percebeu-se que na maioria dos estudos os participantes, frequentemente, abordaram a alimentação saudável sob a perspectiva da dicotomia das práticas alimentares

---

<sup>27</sup> As bases de dados pesquisadas foram MEDLINE, PubMed, Sociological Abstracts, ERIC, CAB abstracts, PsycINFO, AgeLine, FRANCIS, CINAHL FRANCIS, CINAHL). Foram pesquisadas a literatura canadense e internacional de 1980 a 2004. As palavras chave utilizadas foram: *healthy eating, food choice, food habit, food, and food selection*, associadas a *perception, lay conceptualization, conception, meaning, belief, attitude, interpretation, conceptualization, and meaning*

<sup>28</sup> As bases de dados pesquisadas foram PubMed, Soc Abstracts, PsychInfo, and ERIC bibliographic utilizando estudos publicados em Inglês desde 1995. Os termos utilizados foram: *food habits, food preferences, food behavior, eating behavior, behavior change, healthy eating, food psychology, dietary change, food decision making, food choice, nutrition education* combinado com termos relacionados a métodos de investigação qualitativa dentre esses *ethnography, focus groups, interviews, grounded theory, and qualitative research*.

saudáveis e não saudáveis e as suas consequências para a saúde. Os autores identificaram o saudável associado aos seguintes significados: restrição e controle no consumo de alimentos de modo geral e/ou de gorduras e/ou carboidratos (n=27); dieta balanceada e/ou moderada (n=22); restrição e controle no consumo de alimentos (n=15); evitar doenças – controlando a ingestão de determinados alimentos (n=15); alimentação adequada em relação à doença (n=13); consumo de frutas e vegetais (n=13); controle de peso e/ou balanço energético (n= 12); consumo de alimentos funcionais (n=6), consumo de fibras e/ou vitaminas e minerais (n=6); refeições adequadas – associadas a questões nutricionais (n=6); variedade de alimentos (n=6); refeições regulares – em relação a horários (n=5); consumo de proteína animal (n=4); diversidade de nutrientes (n=3). Em alguns estudos o saudável apareceu associado a questões que podem estar além das nutricionais, como por exemplo, ao bem-estar psicológico (n=17); alimentos naturais (n=8); alimentos feitos em casa (n=5); alimentos sem contaminantes químicos (n=3) e alimentos orgânicos (n=1) (BISOONI et al., 2012).

Apesar de os indivíduos apresentarem em seus discursos sobre alimentação saudável um conhecimento em relação a grande parte das recomendações nutricionais existentes sobre a temática (PAQUETTE, 2005; CHAN et al., 2009; DICKSONSPILLMANN; SIEGRIST, 2011; LUCAN et al., 2012; BISOONI et al., 2012; RONTELTAP et al., 2012; FREIDIN, 2016), ainda se observa pouca correlação com as suas práticas alimentares (PAQUETTE, 2005; DICKSONSPILLMANN; SIEGRIST, 2011). Autores sugerem a influência de outros fatores como explicação para essas correlações limitadas entre conhecimento e prática, a exemplo do sabor, tradições familiares, tempo, fatores sociodemográficos, entre outros (STEPTOE; POLLARD; WARDLE; POLLARD; KIRK; CADE et al., 2002).

Aspectos relacionados à dimensão simbólica e/ou sustentáveis quando mencionados como parte da alimentação saudável, foram referidos eventualmente e por uma minoria dos estudos (SCHOENBERG et al., 2013; JENNINGS et al., 2014; FREIDIN, 2016; ROMEIKE et al., 2016), demonstrando uma sobreposição e maior compreensão de aspectos da dimensão nutricional como parte da alimentação saudável. Dentre esses os mais mencionados como parte da alimentação saudável foram: consumo de alimentos orgânicos e/ou agroecológicos e/ou sem pesticidas (LUCAN et al., 2012; ELL et al., 2012; RONTELTAP et al., 2012), naturais (LUCAN et al., 2012); frescos (JENNINGS et al., 2014); não transgênicos (FREIDIN, 2016), sem produtos químicos (LUCAN et al., 2012), feitos em casa (CHAN et al., 2009).

Embora, estes aspectos (das dimensões simbólica e sustentável) tenham sido referidos como parte da alimentação saudável, a percepção esteve relacionada, principalmente ou exclusivamente, a conhecimentos nutricionais ou de saúde (CHAN et al., 2009; JENNINGS et

al., 2014; ROMEIKE et al., 2016). Porém, por exemplo, a percepção de alimentos caseiros ou frescos como mais saudáveis poderia trazer (indiretamente) uma relação com a dimensão simbólica e sustentável, respectivamente, dependendo de como é percebido.

Em estudo de Fuster e colaboradores (2013) com indivíduos adultos de comunidades agrícolas inseridos em contextos vulneráveis à insegurança alimentar em El Salvador, os indivíduos que referiram alimentos caseiros, tradicionais e culturais como saudáveis, o fizeram por uma associação a uma maior quantidade de nutrientes e vitaminas. Para os sujeitos entrevistados por Freidin (2016) (mulheres de classe média da região metropolitana de Buenos Aires) a comida caseira foi considerada mais saudável por permitir maior controle no processo de seleção de alimentos em termos de qualidade e frescor. A relação de preparo de um alimento característico das tradições familiares ou cultura alimentar não foram percebidas como parte da alimentação saudável associada ao consumo desses alimentos. Ao contrário, alimentos parte da cultura alimentar são mais percebidos como não saudáveis, conforme referido anteriormente. Essa percepção de alimentos parte da cultura alimentar como alimentos saudáveis parece estar mais presente na concepção de saudável de indivíduos mais velhos (FUSTER et al., 2013), que podem ter uma menor influência da globalização nos seus hábitos alimentares.

Do mesmo modo, os sujeitos do estudo de Jennings e colaboradores (2014) (população bengali residente na Alemanha) referiram a importância do consumo de alimentos frescos em função de uma relação mais curta da cadeia de alimentos: “alimento consumido logo depois de ser colhido, arrancado ou morto, o alimento perde a frescura ao longo do tempo” [...] “alimentos comprados em lojas é difícil saber a quanto tempo estava vivo ou crescendo”. No entanto, os benefícios para uma alimentação saudável ainda estavam associados somente a aspectos nutricionais: “o alimento perde o frescor ao longo do tempo então perde a saudabilidade e as vitaminas”. De modo que os indivíduos parecem não considerar os impactos ambientais associado a escolhas saudáveis.

Ademais, o consumo de alimentos naturais, sem pesticidas, pautados em uma cultura de preservação ambiental pode estar sendo visto como mais uma “moda” em torno da alimentação saudável, conforme referido pelos entrevistados de Freidin (2016). Por outro lado, os indivíduos que consideraram alimentos orgânicos mais saudáveis e demonstraram conhecimentos em relação a esses alimentos, tinham uma discussão sobre o saudável mais ampliada, a ponto de questionar orientações pautadas somente em questões nutricionais. Por exemplo, o incentivo ao consumo de soja ou carne de frango como mais saudável, a presença de produtos químicos (fertilizantes, pesticidas, aditivos) que não existiam nos alimentos, ou ainda, o efeito negativo das tecnologias modernas no sabor dos alimentos e saúde. Nesse

sentido, os entrevistados citaram o fato de os vegetais não possuírem mais o mesmo sabor e o aumento da durabilidade do leite. Conforme observado na fala de um dos entrevistados:

*Acontece com o frango [das granjas/fazendas industriais], que me parece ser um alimento não saudável, em geral, eu digo, não sabemos o que comemos quando comemos frango. Eu parei de comer coisas com soja, eu comia e era a base da comida. E eu sei. Eu digo que não como nada com a soja. Não tem uma soja normal, é transgênica (FREIDIN, 2016).*

Em estudo de Romeike et al. (2016) alimentos provenientes do sistema alimentar atual também foram reconhecidos como menos saudáveis por alguns dos entrevistados (marroquinos). Os motivos apontados foram os mesmos referidos pelos participantes do estudo de Freidin (2016). Essas preocupações foram consideradas suficientes para alterar a saudabilidade percebida do alimento. Frutas e verduras deixaram de ser vistos como saudáveis dependendo do seu modo de produção e os alimentos caseiros foram preferidos em relação aos industrializados. Frutos e sucos de produção própria (nacional) eram mais saudáveis do que frutas provenientes de outros locais e bebidas industrializadas. Sopas caseiras eram vistas como mais saudáveis do que as desidratadas industrializadas. Nesse sentido, os entrevistados demonstraram preocupação em relação a importação de produtos de outros países e exportação dos produtos locais. Outros estudos vão ao encontro desses achados sugerindo que produtos mais naturais são mais saudáveis (ELL et al., 2012; BISOGNI et al., 2002; ROZIN 2005).

Apesar de não discutido por Fuster e colaboradores (2013), foi possível observar a relação dos circuitos curtos de produção com saudabilidade do alimento. Não em função do impacto em termos de sustentabilidade ambiental (pegada de carbono) e social (desvalorização do produtor), mas pelo desconhecimento em relação ao que realmente compõe o produto e os malefícios dos componentes químicos (aditivos e agrotóxicos) para a saúde. Do mesmo modo, os entrevistados de Hammer e colaboradores (2015) em diferentes comunidades no Canadá, mencionaram como saudável “crescer próximo ao alimento” e a “compra de mercados locais”.

A compra de produtos em mercados de pequenos agricultores locais tem sido associada ao saudável (HAMMER et al, 2015; FUSTER et al. 2013), pela comercialização de alimentos mais frescos (dimensão sustentável, nutricional), feitos de modo mais caseiro (dimensão sustentável, nutricional e simbólica), frequentemente orgânicos ou sem aditivos químicos (dimensão sustentável, nutricional e simbólica), sabor (simbólico) além dos benefícios ao ambiente e ao pequeno produtor, mercado local.

Entrevistas exploratórias em profundidade e o uso de imagens parece auxiliar na investigação e reflexões sobre as concepções de alimentação saudável para além das nutricionais, como observado nos estudos de Freidin (2016) e Hammer et al. (2015).

Apesar de alguns em alguns estudos os indivíduos perceberem alguns aspectos sustentáveis e simbólicos (quadros 6-9) como parte da alimentação saudável, nenhum estudo selecionado para compor o estado da arte buscou investigar a compreensão desses aspectos como parte da alimentação saudável (lacuna do conhecimento). Estudos que avaliaram a percepção sobre aspectos sustentáveis e simbólicos têm abordado esses parâmetros de modo isolado e dissociado do conceito global e holístico de alimentação saudável. Como exemplo cita-se pesquisa sobre percepção de alimentos orgânicos (PIENIAK, AERTSENS, VERBEKE, 2009; ŻAKOWSKA-BIEMANS, 2011), locais, tradicionais e étnicos (GUERREIRO et. al, 2009; PIENIAK, et.al, 2009; MEISE et al., 2014), consumo de carne (SCHÖSLER; DE BOER; BOERSEMA, 2012; AUSTGULEN, 2014).

Ainda, nos estudos analisados, os indivíduos nem sempre referiam os aspectos simbólicos e sustentáveis sob a ótica da saúde, ambiente, cultura e sociedade. Em estudo de Fuster et al. (2013) o consumo de vegetais selvagens ou plantas alimentícias não convencionais quando reconhecidos como parte da alimentação saudável não possuíam o valor simbólico e sustentável agregado, sendo um alimento associado a comida de animais e pobres. Essa percepção pode estar relacionada com a classe social dos sujeitos entrevistados, uma vez que os participantes do estudo de Fuster et al. (2013) viviam em contextos favoráveis a Insegurança Alimentar e Nutricional (ISAN).

Questiona-se aqui se a associação de aspectos simbólicos e sustentáveis somente a questões nutricionais não estariam dificultando a incorporação desses nas práticas alimentares. A aproximação entre produção e consumo e o conhecimento dessa inter-relação entre homem e natureza tem sido apontada como benéfica, pois pode auxiliar para uma concepção diferenciada dos indivíduos sobre alimentação saudável, incorporando questões culturais e sustentáveis (O'KANE, 2016). Indivíduos que possuem uma maior aproximação com o campo parecem perceber melhor aspectos sustentáveis e simbólicos como parte da alimentação saudável (ELL et al., 2012; O'KANE, 2016).

Em estudo de Ell et al. (2012) realizado no Brasil com agricultores agroecológicos a preocupação com produtos químicos adicionados seja na produção (agrotóxicos) ou no processamento (aditivos) foi evidente e considerada imprescindível para uma prática alimentar saudável. Porém, podem estar pouco presentes nas diretrizes dietéticas oficiais. Dentre os sujeitos participantes da pesquisa conduzida por Hammer e colaboradores (2015) uma agricultora reconheceu como saudável os métodos antigos de conservação de alimentos e hortas

caseiras isentas de qualquer tipo de agrotóxico – mais saudáveis do que o comprado em supermercados.

Um consumo saudável englobando aspectos além dos individuais reflete uma tomada de decisão também pautada em elementos relacionados a ética e a moral, para além de um simples consumo de alimentos (RISTOVSKI-SLIJEPCEVIC; CHAPMAN; BEAGAN, 2008).

Quadro 9 – Aspectos associados a uma alimentação saudável e não saudável em estudos realizados com a população (continua).

Saudável	Estudos	Não saudável	Estudos
<b>Nutricional</b>			
<i>Conceitos e orientações gerais</i>			
Variedade	FREIDIN, 2016; USTER et al., 2013; LUCAN et al., 2012; BISOGNI et al., 2012; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011; TORAL; CONTI; SLATER, 2009; PAQUETTE, 2005; POVEY, 1995		
Diferentes grupos de alimentos/ vegetais, amido e carne/seguir a pirâmide alimentar/ orientações do guia	LUCAN et al., 2012; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011; CHAN et al., 2009; PAQUETTE, 2005; POVEY, 1995		
Equilíbrio/Dieta balanceada/controlado na ingestão	FREIDIN, 2016; BISOGNI et al., 2012; LUCAN et al., 2012; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011; CHAN et al., 2009; TORAL; CONTI; SLATER, 2009; PAQUETTE, 2005; FALK et al, 2001		
Moderação	ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016; HAMMER et al, 2015; BISOGNI et al., 2012; LUCAN et al., 2012; BISOGNI et al., 2012		
Três refeições por dia/refeições adequadas/refeições regulares	FUSTER et al., 2013; LUCAN et al., 2012; RONTELTAP, 2012 BISOGNI et al., 2012; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011; TORAL; CONTI; SLATER, 2009		
Dieta/Alimentação para perda ou controle de peso/restricção calórica	SCHOENBERG et al., 2013; FUSTER et al., 2013; BISOGNI et al., 2012; FALK et al, 2001 DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST, 2011		
Evitar doenças	SILVA et al., 2015; BISOGNI et al., 2012; FALK et al, 2001		

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 9 – Aspectos associados a uma alimentação saudável e não saudável em estudos realizados com a população (continua).

Saudável	Estudos	Não saudável	Estudos
<b>Nutricional</b>			
<i>Alimentos ou grupos de alimentos específicos</i>			
Cereais/ <b>Amidos/arroz/batata/massa</b> /Grãos integrais	LUCAN et al., 2012; FSA, 2011; ROWE, 2010	<b>Amido/arroz/batata/massa/</b>	SILVA et al., 2015; JENNINGS et al., 2014; ELL et al., 2012; LUCAN et al., 2012
		Pão branco/farinha branca	ROMEIKE et al., 2016; SCHOENBERG et al., 2013
Feijão/arroz e feijão	ELL et al. 2012; LUCAN et al., 2012	Carnes:	
<b>Carne</b>	ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN et al., 2016; LUCAN et al., 2012; PAQUETTE, 2005	<b>Carne/carne vermelha</b>	ROMEIKE et al., 2016; ROWE, 2010; PAQUETTE, 2005
Carne no almoço	LUCAN et al., 2016		
Carne magra	FREIDIN et al., 2016		
<b>Frango</b>	ROMEIKE et al., 2016; LUCAN et al., 2010; ROWE, 2010	<b>Frango</b>	FREIDIN, 2016; LUCAN et al., 2012
<b>Peru</b>		<b>Peru</b>	
		Porco	ROWE, 2010; LUCAN et al., 2012
Peixe	ROMEIKE et al., 2016; LUCAN et al., 2012; ROWE, 2010		
Frutas, legumes e verduras	ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016; HAMMER et al., 2015; SILVA, et al., 2015; JENNINGS et al., 2014; SCHOENBERG et al., 2013; FUSTER; et al., 2013; LUCAN et al., 2012; ELL et al., 2012; BISOGNI et al., 2012; FSA,2011; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011; WOROBEY et al., 2010; PAQUETTE, 2005		
Vegetais crus/Frescos	HAMMER et al., 2015; JENNINGS et al., 2014; ROWE, 2010; PAQUETTE, 2005		

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 9 – Aspectos associados a uma alimentação saudável e não saudável em estudos realizados com a população (continua).

Saudável	Estudos	Não saudável	Estudos
<b>Nutricional</b>			
Óleos e gorduras: Azeite	ROMEIKE et al., 2016	Óleos e gorduras: Manteiga, margarina  Óleo e gorduras/muita gordura  Alimentos gordos/Gorduras ruins de origem animal e vegetal  Açúcares e doces  Açúcar  Guloseimas	JENNINGS, et al., 2014; LUCAN et al., 2012  ROMEIKE et al., 2016; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015; SILVA et al., 2015; JENNINGS et al.; 2014; ELL et al., 2014; SCHOENBERG,et al., 2013; LUCAN et al., 2012; BISOGNI et al., 2012; RONTELTAP et al., 2012; FSA, 2011; CHAN et al., 2009; PAQUETTE, 2005; FALK et al., 2001; POVEY, 1995 FREIDIN, 2016; LUCAN et al., 2012  ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016; HAMMER et al. 2015; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015; LUCAN et al.,2012; RONTELTAP et al., 2012; CHAN et al., 2009; PAQUETTE, 2005 SILVA et al., 2015; TORAL; CONTI; SLATER, 2009
<i>Ervas, especiarias e temperos</i>			
		Sal	ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN et al., 2016; BUCKTON; LEAN; COMBET, 2015; SILCA et al., 2015; JENNINGSS et al., 2014; ELL et al., 2014; LUCAN et al.,2012; RONTELTAP et al., 2012; FSA, 2011;CHAN et al., 2009; PAQUETTE, 2005

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 9 – Aspectos associados a uma alimentação saudável e não saudável em estudos realizados com a população (continua).

Saudável	Estudos	Não saudável	Estudos
<b>Nutricional</b>			
<i>Outros alimentos</i>			
Iogurte	ROMEIKE et al., 2016	Leite	FREIDIN; 2016; LUCAN et al.;2012
<b>Produtos lights (menos açúcar)</b>	ROMEIKE et al., 2016; FREIDIN, 2016	<b>Produtos lights</b>	FREIDIN, 2016
Barra de cereais	LUCAN et al., 2012	Ovo	LUCAN et al.;2012; ELL et al, 2012
Alimentos funcionais	BISOGNI et al., 2012	Alimentos embalados/alimentos industrializados/alimentos atuais (com ingredientes desconhecidos químicos adicionados) / transformados	SCHOENBERG et al., 2013; TORAL; CONTI; SLATER, 2009; FALK et al., 2001
		Alimentos anunciados na TV/comprados em supermercado	FREIDIN, 2016; LUCAN et al., 2012; ELL et al., 2012
		Alimentos contaminados	FUSTER et al, 2013; LUCAN et al., 2012
		<i>Junk foods/Fast foods</i>	FREIDIN, 2016; SILVA et al., 2015; HAMMER et al, 2015; FUSTER et al 2013; LUCAN et al., 2012; TORAL; CONTI; SLATER, 2009
		Alimentos que engordam	LUCAN et al., 2012;
		Glutamato monossódico	CHAN et al., 2009
<i>Bebidas</i>			
Suco	HAMMER et al., 2015; LUCAN et al., 2012	Suco/Sucos artificiais	LUCAN et al., 2012
Coca cola diet	ROMEIKE et al., 2016	Refrigerante	SCHOENBERG et al., 2013; FUSTER et al., 2013; LUCAN et al.2012;

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Quadro 9 – Aspectos associados a uma alimentação saudável e não saudável em estudos realizados com a população (termina).

Saudável	Estudos	Não saudável	Estudos
<b>Nutricional</b>			
<i>Nutrientes</i>		<b>Outros</b>	
Proteína/proteína animal	LUCAN et al., 2012; ; BISOGNI et al., 2012	Colesterol	LUCAN et al., 2012
Fibra	LUCAN et al., 2012; BISOGNI et al., 2012; KRAHN; LENGYEL; HAWRANIK, 2011	Carboidratos	BISOGNI et al., 2012
Minerais	LUCAN et al., 2012; BISOGNI et al., 2012		
Vitaminas/ suplementos vitamínicos	FUSTER et. al., 2013; LUCAN et al., 2012; BISOGNI et al., 2012; DICKSON-SPILMANN; SIEGRIST, 2011		
Diversidade de nutrientes	BISOGNI et al., 2012; FALK et al, 2001		
<i>Modo de preparo</i>			
Assar	SCHOENBERG et al., 2013; LUCAN et al., 2012	Fritar	SCHOENBERG et al., 2013; ELL et al., 2012; LUCAN et al., 2012;
Grelhar	ROWE, 2010; LUCAN et al., 2012	Muito cozido	RONTELTAP et al., 2012
Cozinhar no vapor	SCHOENBERG et al., 2013; LUCAN et al., 2012		LUCAN et al., 2012
<i>Simbólico e/ou Sustentável</i>			
<i>Sensorialidade/Sentimentos/Socialização</i>			
Sacrifício/Inconveniente	SCHOENBERG et al., 2013	Alimento cultural/Soul food	ROMEIKE et al., 2016;FREIDIN, 2016; JENNINGS, 2014; LUCAN et al., 2012
<b>Mais sabor</b>	ROMEIKE et al., 2016	<b>Mais sabor</b>	ROMEIKE et al., 2016;FREIDIN, 2016;; SCHOENBERG et al., 2013
Comida feita em casa/caseira/artesanal	FUSTER et. al., 2013; BISOGNI et al., 2012; CHAN et al., 2009	Comer fora de casa/festas/eventos/encontros	FREIDIN, 2016; HAMMER et al., 2015; CHAN et al, 2009
Naturais/Sem agrotóxicos	FREIDIN, 2016;ELL et al., 2012; BISOGNI et al., 2012	Manipulação genética, transgênicos	FREIDIN, 2016; ROMEIKE et al., 2016
Proveniente de terra saudável/própria hortas/mercados locais	HAMMER et al., 2015; ELL et al., 2012		
Bem-estar	BISOGNI et al., 2012		
Alimentos orgânicos/agroecológicos	FREIDIN, 2016; PROVENCHER, JACOB., 2016; BISOGNI et al., 2012; LUCAN et al., 2012		

Fonte: Elaborado pela autora (2017).

Segundo Feenstra e colaboradores (1997) indivíduos que realizam práticas alimentares mais próximas do ambiente natural, a exemplos de hortas individuais ou comunitárias, associam essas práticas a benefícios de saúde, para além dos físicos e nutricionais (FEENSTRA et al. 1997). Essas práticas estão associadas ao prazer relacionado à capacidade de cultivar próprio alimento, conhecer a origem dos mesmos consistir em um momento de socialização (FEENSTRA,1997; OHMER et al., 2009; MILBURN; VAIL 2010), além da redução de custos com alimentos (MILBURN; VAIL 2010). A incorporação de preocupações ambientais nas escolhas alimentares parece auxiliar direta e indiretamente para a retomada de valores simbólicos. O significado dessas práticas consiste não somente em possibilidade de acesso a alimentos saudáveis como também uma atividade de conexão com a produção de alimento (FEENSTRA, 1997). Porém, práticas relacionadas ao cultivo dos alimentos em horta e preparo de alimentos parte da culinária tradicional entre indivíduos de diferentes gerações (mãe-filha). O cultivo de vegetais e preparo dos alimentos em casa possibilita a oferta de alimentos mais frescos e mais nutritivos

Hammer e colaboradores (2015) destacam a importância da comunidade e da promoção de alimentos locais em um contexto comunitário para a que os indivíduos incorporem aspectos ambientais das suas concepções sobre alimentação saudável. Acrescentam ainda ao conhecimento coletivo sobre "alimentação saudável", percepções sobre aspectos socioculturais.

Sabe se que as concepções sobre alimentação saudável é apenas um aspecto das escolhas alimentares. Porém, acredita-se que um indivíduo com uma percepção mais holística sobre alimentação saudável pode realizar escolhas também mais saudáveis e mais conscientes, considerando as diversas dimensões, inclusive a nutricional. Por exemplo, ao considerar a dimensão sustentável nas suas escolhas os indivíduos também valorizarão consumo maior de frutas, legumes e verduras, isentos de agrotóxicos, portanto com um maior valor também nutricional. Ainda, consumirão alimentos locais, de cadeia curta, valorizando o pequeno produtor, o alimento parte da cultura local (dimensão simbólica e social); portanto sazonais e, possivelmente, também com maiores teores de nutrientes pelo um melhor aproveitamento do clima e solo.





### 3 MÉTODO

#### 3.1 INSERÇÃO DO ESTUDO

Essa pesquisa está inserida no Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina, na linha III, Nutrição em Produção de Refeições e Comportamento alimentar. É desenvolvida no âmbito do Grupo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE), sob a orientação da Prof. Dra. Suzi Barletto Cavalli.

Aspectos relacionados à dimensão simbólica e sustentável vêm sendo trabalhados pelo grupo de pesquisa, de modo isolado ou articulados, desde 2006. O trabalho de Uggioni (2006) discutiu a incorporação de aspectos simbólicos no processo produtivo de refeições valorizando o patrimônio gastronômico. A dimensão simbólica da alimentação também foi trabalhada por Fabri (2013) no âmbito da alimentação escolar em estudo sobre a valorização de alimentos regionais provenientes da agricultura familiar. A dimensão sustentável foi abordada nos estudos de Martinelli (2011; 2018) e Martins, (2014) sobre sustentabilidade em UAN; de Lopes (2014) sobre sustentabilidade em feiras livres; de Bianchini (2016) sobre cardápios sustentáveis e em projeto de pesquisa sobre agricultura familiar e alimentação escolar (financiado pelo CNPq e Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome). As dimensões simbólica e sustentável foram trabalhadas articuladas em dois projetos de pesquisa com financiamento pelo CNPq, ambos sobre a compra institucional de alimentos da agricultura familiar, em nível estadual e nacional.

Outros trabalhos já deram enfoque na compra de alimentos da agricultura familiar para a alimentação escolar (SOARES, 2011; SILVERIO, 2013; VIDAL, 2013); benefícios e dificuldades na aquisição de alimentos da agricultura familiar (TULIENDE, 2016) e presença de ingredientes possivelmente transgênicos em produtos alimentícios (CORTESE, 2018).

#### 3.2 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO E ABORDAGEM METODOLÓGICA

Trata-se de uma pesquisa conduzida por meio de uma abordagem qualitativa. A abordagem qualitativa é considerada a melhor abordagem para compreensão dos significados atribuídos pelos sujeitos ao fenômeno investigado. Possibilita uma interação direta com os participantes para coletar informações como crenças, opiniões e sentimentos relacionados ao assunto de interesse, sendo amplamente recomendado para investigação desses aspectos em estudos sociais, de comportamento e práticas (FLICK, 2004).

A metodologia qualitativa busca compreender o contexto em que esses significados ocorrem, considerando a influência do meio e das interações sociais na mediação e no desenvolvimento dos significados. Assim, considera-se o fenômeno moldado pelo ambiente e relações e interações desenvolvidas com o outro e com o ambiente em si, a partir de configurações normais e cotidianas (FLICK, 2004; RICHARDSON, 2008).

Em estudos qualitativos, os pesquisadores compreendem o mundo, expectativas e experiências a partir de suas múltiplas realidades. Consideram que as interpretações geradas dependem das experiências pessoais inerentes ao indivíduo pesquisado e ao próprio pesquisador, sendo estas dependentes do contexto histórico, cultural e social no qual vivem (DENZIN, 2006).

Os questionamentos abertos e métodos flexíveis de pesquisa qualitativa possibilitam maior reflexão dos entrevistados sobre o que fazem e pensam. O uso dessa abordagem para compreender as práticas alimentares possibilita que os indivíduos tragam crenças e explicações inconscientemente para as discussões, revelando a lógica prática das concepções e ações e auxiliando na compreensão do ambiente cultural e social no qual os indivíduos vivem e a sua relação com o fenômeno investigado.

Esta pesquisa foi conduzida considerando pressupostos teóricos referidos por Flack, Von Kardorff e Steinke (2000), necessários para uma pesquisa qualitativa: a) realidade social como construção e atribuição social de significados; b) ênfase no caráter processual e na reflexão; c) as condições "objetivas" tornam-se relevantes por meio de significados subjetivos; e d) o caráter comunicativo da realidade social possibilita que o processo de investigação do fenômeno tenha como ponto de partida a construção das realidades sociais.

### 3.3 ETAPAS DA PESQUISA E PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

As etapas da pesquisa e demais aspectos metodológicos estão apresentados conforme os objetivos da tese. Primeiramente, são apresentados os procedimentos metodológicos utilizados para responder aos objetivos a e b, referente à análise dos guias alimentares, e na sequência aqueles realizados para responder ao objetivo c, sobre a percepção de indivíduos adultos sobre alimentação saudável. Também são demonstrados a seleção da amostra e dos sujeitos da pesquisa, as técnicas de coleta de dados e o tratamento e análise dos dados.

### 3.3.1 Análise dos guias alimentares – Etapa 1

#### 3.3.1.1 Seleção da amostra

Foram identificados os guias alimentares e as principais mensagens destes, ambos disponibilizados pela FAO (FAO, 2016a). Optou-se pela análise das principais mensagens visando contemplar um maior número de documentos, devido à uniformidade do idioma (língua inglesa), uma vez que os guias alimentares (na íntegra) normalmente são elaborados no idioma do país de origem. A coleta de dados foi realizada no ano de 2017 e atualizada em 2018.

#### 3.3.1.2 Tratamento e análise de dados dos guias alimentares

A análise das mensagens dos guias alimentares foi realizada de modo qualitativo dedutivo. A análise consistiu em destacar segmentos das mensagens que refletiam diferentes ideias com o objetivo de identificar mensagens em categorias abrangentes (HSIEH; SHANNON, 2005), relacionadas às dimensões e categorias da alimentação saudável, definidas com auxílio da revisão de literatura.

Foram analisadas informações de guias alimentares de 90 países distintos. As informações de cada guia foram acessadas uma a uma e foram extraídos dados referentes à: país de origem, divisão geográfica proposta pela FAO, ano de publicação e diretrizes/mensagens dietéticas. Os dados extraídos foram inicialmente organizados em documento *no Microsoft Word*, para posterior tratamento dos dados com auxílio do software NVivo versão 11.0.

A criação das categorias de pré-análise baseou-se na literatura e nos objetivos da pesquisa. Desse modo, buscou-se uma literatura que versava sobre a promoção de uma alimentação saudável englobando aspectos nutricionais, simbólicos e sustentáveis. Foi realizada uma revisão narrativa visando definir os aspectos relacionados a essas dimensões. Os estudos de revisão narrativa são publicações com a finalidade de descrever e discutir o estado da arte de um determinado assunto. Visto a abrangência da temática e a dificuldade em estabelecer uma pergunta de pesquisa precisa, a revisão narrativa foi utilizada por possibilitar uma discussão ampliada. É importante ressaltar que o foco da revisão foi discorrer sobre a promoção de uma alimentação saudável. Desta forma, artigos cuja temática estava centrada em modificações climáticas, impacto ambiental da alimentação, pegada de carbono, dentre outras questões de sustentabilidade que se relacionam com a alimentação, porém que não tinham a alimentação saudável como questão principal, não foram contemplados.

Considerando os objetivos dessa pesquisa, os termos de busca utilizados estavam relacionados à alimentação saudável e nutricional e/ou simbólica e/ou sustentável, bem como termos similares. As buscas foram realizadas sem limitação de data, país do estudo ou área de conhecimento. Foram incluídos no estudo artigos originais, de revisão e literatura cinzenta nos idiomas inglês, espanhol e português. Os dados provenientes da revisão narrativa foram apresentados indicando a dimensão da alimentação saudável (nutricional, sustentável e simbólica). As categorias presentes em cada dimensão foram pré-definidas pelo pesquisador, porém outras poderiam ser adicionadas a partir da leitura dos documentos que embasaram a inserção de cada categoria na dimensão específica (Quadro 10).

Quadro 10: Categorias presentes em cada dimensão e referências que embasaram a classificação.

<b>Categorias pré-definidas</b>	<b>Referências</b>
<b>Dimensão 1 – Essentially Nutritional Recommendations</b>	
Teor de nutrientes dos alimentos; grupos alimentares (carnes, frutas e vegetais, cereais, entre outros)	(WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004; PAQUETTE, 2005; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2010; WHO, 2013; SOBHANI; REZAZADEH; OMIDVAR et al., 2019; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Conteúdo energético; quantidade de calorias	(WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004; WHO, 2013; SOBHANI; REZAZADEH; OMIDVAR et al., 2019; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Consumo de sal	(ORGANIZATION, 2003; WHO, 2013)
Consumo de açúcar	(WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004; TE MORENGA; MALLARD; MANN, 2012; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2015)
Consumo de óleos e gorduras	(ORGANIZATION, 2003; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2010) (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004; MARIE NG, 2014; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Consumo de aditivos alimentares	(BELLOIR; NEIERS; BRIAND, 2017; SCAPIN; FERNANDES; PROENÇA, 2017)
Consumo de alimentos processados	(ORGANIZATION, 2003; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004; POPKIN, 2017; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Consumo de alimentos integrais	(WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004; WHO, 2013; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
<b>Dimensão 2 – Essentially Sustainable Recommendations</b>	
Respeito a sazonalidade	(WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2015; ROSE; HELLER; ROBERTO, 2019)
Valorização de alimentos da biodiversidade	(PRESCOTT-ALLEN; PRESCOTT-ALLEN, 1990; BRASIL, 2012; ALTIERI; NICHOLLS; HENAO et al., 2015; CHANGE, 2019; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Consumo de plantas silvestres e não convencionais	(KINUPP; DE BARROS, 2008; SHARROCK; JACKSON, 2017; PARODI; LEIP; DE BOER et al., 2018; HUNTER; BORELLI; BELTRAME et al., 2019)
Consumo de alimentos orgânicos e valorização do sistema de produção agroecológico	(GLIESSMAN, 2001; BRASIL, 2012; ONU, 2015)
Consumo de alimentos não modificados geneticamente	(CAVALLI, 2001; HARVIE; MIKKELSEN; SHAK, 2009; GLIESSMAN, 2014; CARNEIRO; AUGUSTO; RIGOTTO et al., 2015; BONNY, 2016; ALMEIDA; FRIEDRICH; TYGEL et al., 2017; CORTESE; MARTINELLI; FABRI et al., 2018)

Desperdício de alimentos	(GUSSOW; CLANCY, 1986; SUSTAIN, 2013; GARNETT; STRONG, 2015; BÉNÉ; OOSTERVEER; LAMOTTE et al., 2019; LAWRENCE; BAKER; PULKER et al., 2019; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Consumo de alimentos locais e cadeias curtas de comercialização	(GUSSOW; CLANCY, 1986; GLIESSMAN, 2001; BRASIL, 2012; MALUF; BURLANDY; SANTARELLI et al., 2015; BÉNÉ; OOSTERVEER; LAMOTTE et al., 2019; ROSE; HELLER; ROBERTO, 2019)
Consumo de alimentos da agricultura familiar e de pequenos produtores	(MALUF; BURLANDY; SANTARELLI et al., 2015; O’KANE, 2016)
Consumo de alimentos de Hortas caseiras e comunitárias	(O’KANE, 2016)
Consumo de alimentos de comércio justo e economia solidária	(PETRINI, 2007; GCSO, 2013; SUSTAIN, 2013; VON KOERBER; BADER; LEITZMANN, 2017)
Produção animal sustentável/bem-estar animal	(BRASIL, 2012; TURCIOS; PAPENBROCK, 2014; HALLSTRÖM; CARLSSON-KANYAMA; BÖRJESSON, 2015; LAWRENCE; BAKER; PULKER et al., 2019)
Alimentação baseada em vegetais	(BRASIL, 2012; ROSE; HELLER; ROBERTO, 2019; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
<b>Dimensão 3 - Essentially Symbolic Recommendations</b>	
Sabor	(FISCHER, 1992; PROENÇA; SOUSA; VEIROS et al., 2005; POULAIN, 2012; SLOW FOOD, 2013)
Apresentação, cor e odor dos alimentos	(PROENÇA; SOUSA; VEIROS et al., 2005; POULAIN, 2012)
Valorização do contexto cultural do indivíduo ou grupo; preservação da cultura e identidade alimentar; consumo de alimentos típicos e tradicionais	(BRASIL, 2006; MONTANARI, 2006; PETRINI, 2007; FAO, 2012; POULAIN, 2012; FABRI; PROENÇA; MARTINELLI et al., 2015; WILLETT; ROCKSTRÖM; LOKEN et al., 2019)
Valorização dos conhecimentos e crenças do indivíduo ou grupo	(BRASIL, 2006; MONTANARI, 2006; POULAIN, 2012; SLOW FOOD, 2013)
Comer como um momento de integração social e amizade	(BRILLAT-SAVARIN, 1995; MINTZ, 2001; SLOW FOOD, 2013)
Ter tempo para preparar e comer as refeições. Comer devagar	(BRILLAT-SAVARIN, 1995; SLOW FOOD, 2013)
Comer com prazer	(BRILLAT-SAVARIN, 1995; SLOW FOOD, 2013)
Fonte: o autor (2018)	

Após a revisão narrativa foi realizada análise das mensagens dos guias alimentares. Assim, as categorias de pré-análise foram desenvolvidas a partir de um modelo misto, ou seja, foram criadas a priori (a partir da revisão narrativa); porém essas poderiam ser modificadas ou outras categorias poderiam emergir do conteúdo de análise. Estas foram distribuídas nas dimensões nutricionais, sustentáveis e simbólicas. Foram contabilizadas as mensagens agrupadas em cada categoria analisada. Os dados foram analisados na forma de frequência simples, distribuídos por grupos e categorias de análise e por guia alimentar. Todas as recomendações presentes nos guias foram analisadas e categorizadas nas dimensões de

interesse criadas com base na literatura. Aquelas que não abordaram aspectos relacionados a nenhuma das três dimensões foram classificadas como Outras recomendações.

Além das categorias que emergiram da classificação das recomendações segundo aspectos Essencialmente Nutricionais, Simbólicos, Sustentáveis e Outras, observou-se que o conteúdo das recomendações tinha abordagem comum. Desse modo, os códigos foram agrupados não somente conforme o conteúdo nutricional, sustentável e simbólico, mas também conforme a abordagem das recomendações. As recomendações sustentáveis e simbólicas estimulavam o consumo de alimentos ou a valorização de determinados aspectos dos alimentos, refeições e ambiente, sendo denominadas de Orientações positivas e/ou propositivas (por propor alternativas ao consumo). Ainda, traziam explicações, justificativas para as recomendações apresentadas, sendo esse grupo de recomendações denominado de Orientações explicativas.

### **3.3.2 Análise da percepção sobre alimentação saudável – Etapa 2**

Visando cumprir o objetivo c da presente tese, foi realizada pesquisa qualitativa com uso da técnica de foto-elicitação. Dessa forma, considera-se relevante discorrer mais sobre a utilização da técnica visando justificar a sua utilização nessa pesquisa e demonstrar as premissas utilizadas para a sua condução.

#### *3.3.2.1 O uso de dados visuais em pesquisa qualitativa e a técnica de foto-elicitação*

O uso de dados visuais (filmes, pinturas, fotografia, quadros, dentre outros) começou a fazer parte de pesquisas no século XIX, principalmente no campo da antropologia e psicologia. Em meados do século XX foi incorporada como uma ferramenta de estudos sociais, deslocando a área das ciências sociais do positivismo/naturalismo em direção a abordagens interpretativistas e fenomenológicas (BANKS, 2009).

Atualmente, consiste em uma técnica que vem sendo empregada em diversas áreas de conhecimento (BANKS, 2009; ROSE, 2012), para além das mencionadas anteriormente, a exemplo das ciências exatas (HATTEN; FORIN; ADAMS, 2013) e de saúde (CATALANI; MINKLER, 2010; MARTIN; GARCIA, 2010; DRAPER; SWIFT 2011).

Dentre as diferentes técnicas de coleta de dados que envolvem o uso de dados visuais (BANKS, 2009), cita-se aqui a entrevista com foto-elicitação (*photo elicitation interview*) por ser a abordagem escolhida para o desenvolvimento dessa pesquisa.

A foto-elicitação envolve o uso de fotografias para evocar comentários, memórias e discussão no decorrer de uma entrevista não estruturada. Os efeitos positivos da foto-elicitação no processo de pesquisa foram amplamente descritos na literatura em estudos qualitativos realizados com indivíduos adultos. De acordo com Banks (2009), ao incorporar imagens como parte da criação ou coleta de dados de uma pesquisa é possível revelar conhecimentos que podem não ser acessíveis por outras metodologias. A foto-elicitação parece facilitar a verbalização e o *insight* do participante. Assim, parece melhorar a qualidade dos dados coletados, promovendo atividades cognitivas ativas, o envolvimento e a melhor participação na pesquisa. O princípio da foto-elicitação capacita os participantes, colocando-os em uma posição mais ativa e, assim, dando-lhes a oportunidade de influenciar o processo de pesquisa mais fortemente. A foto-elicitação também pode facilitar a relação entre pesquisador e pesquisado auxiliando na verbalização de pensamentos e emoções, enriquecendo a qualidade dos dados coletados.

Desse modo, consiste em um método visual que tem atraído pesquisadores em sociologia, educação e saúde, entre outros campos (ROSE, 2012), por ser um método com o potencial de elicitar informações valiosas de participantes sobre aspectos relacionados à alimentação que podem ser negligenciados por outros métodos, principalmente no que se refere a questões simbólicas da alimentação. De acordo com estudo realizado por Patricia e colaboradores (2017), as fotos como suporte à narrativa das entrevistas produzem informações que podem levar a uma melhor compreensão da alimentação dos participantes, no que se refere aos seus comportamentos e escolhas alimentares individuais a familiares e as influências culturais nos mesmos.

Apesar de ser visto como um método simples de se compreender, Banks (2009) refere a complexidade na sua utilização. Isso porque, mesmo que exista uma transparência da narrativa relacionada ao conteúdo da imagem, o uso da fotografia não consiste em algo direto na sua prática, diante da polivocalidade fotográfica e complexidade da integração do objeto fotográfico nas relações sociais do indivíduo.

O uso da foto-elicitação pode ser variado, dependendo das fontes ou tipos de fotografias utilizadas, o que pode demandar um papel mais ou menos ativo do pesquisador sobre o controle das imagens utilizadas. Isso porque essas podem ser registradas pelo próprio pesquisador, registradas pelo entrevistado com base nas orientações do pesquisador ou ser imagens que os entrevistados já possuíam (BANKS, 2009).

Estudos tem demonstrado que o uso da foto-elicitação é bem recebido pelos participantes e auxilia-os em relatos e reflexões sobre alimentação e comportamento alimentar

individual e coletivo e sobre conhecimentos e habilidades dietéticas (PATRICIA et al., 2017). Ainda, em estudo conduzido por Hammer e colaboradores (2015), a aproximação com o contexto real do indivíduo por meio da técnica de foto-elicitación possibilitou a percepção de como o ambiente e a comunidade poderia auxiliar em práticas alimentares saudáveis considerando dimensões além daquelas nutricionais, já percebidas pelos indivíduos sem auxílio da foto. Desse modo, o contexto no qual o indivíduo está inserido parece possuir importante papel para a sua concepção sobre alimentação saudável.

Diversos são os benefícios relacionados ao uso da foto-elicitación. Os elementos retratados na fotografia podem servir de base para discussão de generalidades e abstrações importantes. Além disso, é uma ferramenta que auxilia no resgate de memórias vagas, porém que podem ser de igual importância para o objeto de estudo, auxiliando no desencadeamento de detalhes, evocando elementos mais profundos de consciência (HARPER, 2002; BANKS, 2009). Adicionalmente, por ser um terceiro elemento neutro sob o qual são dirigidos os olhares durante a condução da entrevista, pode auxiliar na condução de entrevistas com indivíduos mais tímidos, nas situações onde o *status* entre entrevistador e entrevistado é diferente (seja em função da idade, nível socioeconômico, etnia, dentre outros) (BANKS, 2009).

### 3.3.2.2 *O papel do pesquisador na condução das entrevistas e uso de imagens*

Ao escolher pelo uso de dados visuais deve-se considerar que o processo de estimular recordações ou experiências dos sujeitos a partir da fotografia não consiste apenas em uma tarefa do pesquisador. Os sujeitos da pesquisa não podem ser vistos somente como um elemento a partir do qual o pesquisador irá extrair informações de interesse. Pois, além de, eventualmente, causar algum incômodo no entrevistado, durante a condução da entrevista é preciso ter em mente que as fotografias podem levá-lo a pensar sobre coisas que muitas vezes tinham esquecido ou nunca pensado a respeito ou pensado de outra forma (BANKS, 2009). O foco principal de análise é o observador da fotografia, juntamente com as suas respostas direcionadas às diferentes fotos apresentadas (NEIVA-SILVA; KOLLER, 2002).

Banks (2009) refere conceitos e termos considerados importantes em estudos qualitativos e com dados visuais. No quadro 11 são apresentados alguns conceitos que o pesquisador responsável pela condução dessa pesquisa destaca como de maior relevância para a compreensão do uso de imagem como técnica de coleta e para condução desse estudo.

Quadro 11 – Termos e conceitos relacionados ao uso de dados visuais importantes para condução da pesquisa.

<b>Termos</b>	<b>Conceituação</b>
Agência	Capacidade de uma pessoa agir sobre outra. Na área da pesquisa visual esse termo foi atribuído a objetos, no sentido de considerar o papel da imagem como agente, questionando-se <i>o que as imagens realmente querem?</i> O objeto é considerado como agente no sentido de levar ou não uma ação do indivíduo. Ou o que a imagem reflete sobre o indivíduo, suas relações e ações.
Figura/Fundo	Aquilo que está além da questão central da imagem. Usados para explorar a relação entre coisas que parecem ser significativas (imagem central/principais) e aquelas que parecem incidentais (fundo).
Narrativa	Organização intencional de determinada informação (no caso imagens), ou seja, a história contada por uma imagem ou sequência de imagens que é particular de um indivíduo ou grupo, podendo não ser reconhecida ou igual para o outro. A narrativa pode ser interna ou externa. A narrativa interna consiste na descrição daquilo que é visto na imagem, exposto de modo descrito ou interpretativo. Por exemplo, uma narrativa interna de um prato de arroz com feijão pode ser: isso é arroz e feijão (narrativa interna descritiva) ou isso é meu prato favorito (narrativa interna interpretativa). A narrativa externa consiste na história construída a partir da investigação de outras questões externas a própria imagem, apesar de poder advir da mesma. No caso do exemplo acima, a narrativa externa poderia estar relacionada com o contexto em que a fotografia ocorreu, como local, horários, pessoas envolvidas, sentimentos no momento do registro fotográfico, dentre outros.
Perspectiva	Termo cujo uso no âmbito da pesquisa social normalmente envolve um agente que sabe e que vê – alguém de cuja perspectiva algo é observado.
Reflexividade	Representa a consciência que o pesquisador tem de si mesmo e de suas ações e dos outros no processo de condução da pesquisa. Portanto, o pesquisador reconhece e avalia estas ações. Possui consciência dos seus próprios vieses, subjetividades, dos reflexos de sua relação com a comunidade investigada ou do seu olhar sobre o objeto investigado. Essas questões terão diferentes conotações de acordo com características como idade sexo, classe social, formação, história tanto do indivíduo como do objeto de estudo. O pesquisador observa como os outros respondem a ele considerando essas características. Uma abordagem reflexiva reconhece o próprio investigador como uma ferramenta com a qual a pesquisa é conduzida.

Fonte: Adaptado de Banks (2009).

O pesquisador em pesquisa qualitativa tem como papel principal a prática da escuta ativa, na qual a escuta é considerada uma característica tão importante quanto a participação e interação do pesquisador com o entrevistado. Essa interação pode ocorrer na forma de gestos (sorriso, demonstração de seriedade, aceno de concordância com a cabeça, sons (“certo”, “sim”, “mm”, “aham”, “sei”), dentre outras manifestações que o pesquisador considere importante para manter aberto o canal de comunicação com o entrevistado (SILVERMAN, 2009).

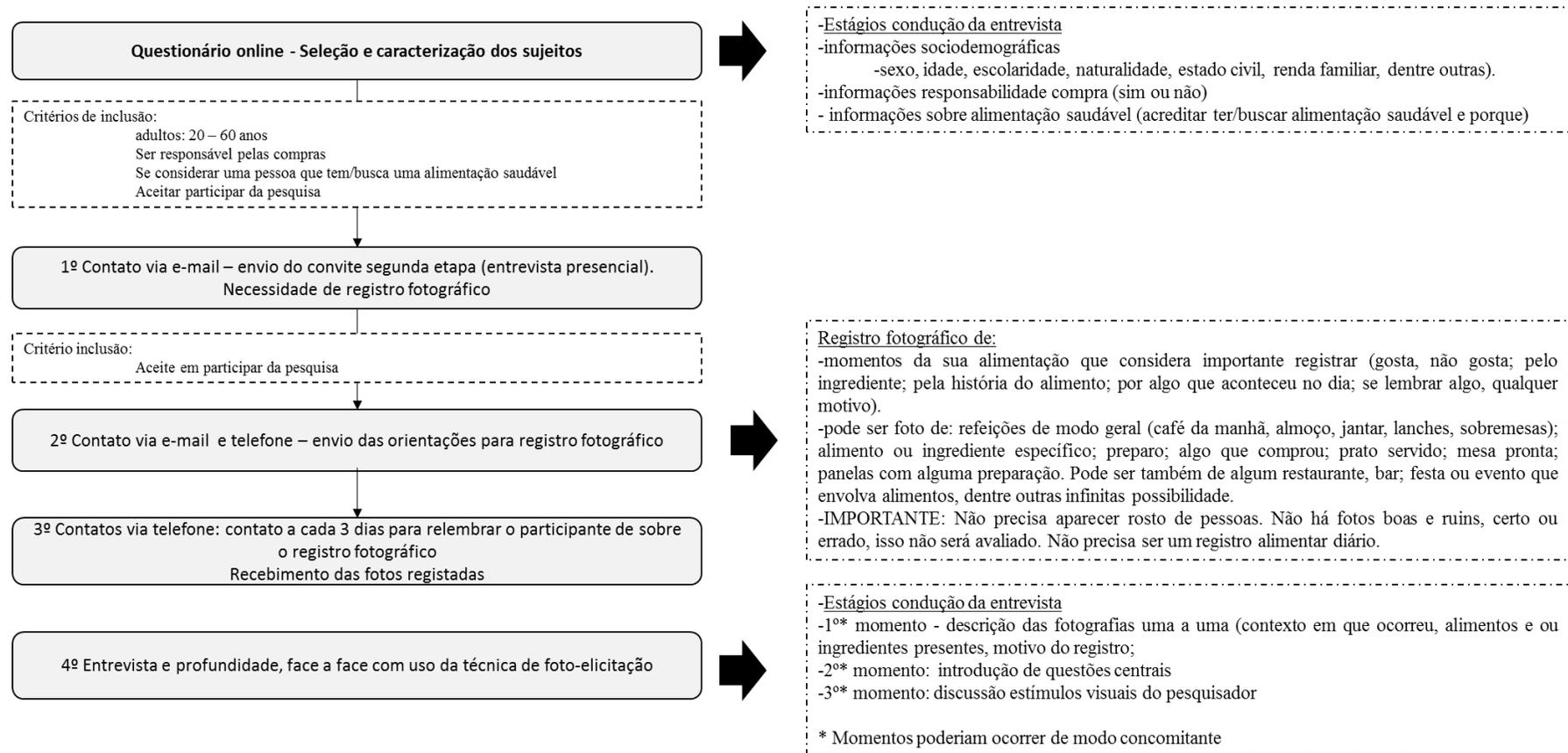
Para cada pergunta central o pesquisador pode utilizar outras perguntas ou frases de acompanhamento para explorar a resposta dos entrevistados como “me conte um pouco mais sobre isso”; “você me falou sobre isso e me fez lembrar de te perguntar disso”; “você me falou sobre isso, o quanto é importante pra você” para explorar a resposta e usará o registro fotográfico como estímulo para auxiliar nesse processo, por exemplo: “você mencionou nessa imagem algo sobre [...], poderia me explicar melhor o que quis dizer?” (DRAPER; SWIFT, 2011).

O pesquisador poderá fazer registros adicionais em caderno de campo, relacionados a pensamentos, interpretações, gestos, dentre outros aspectos considerados importantes para auxiliar na análise. Os participantes da pesquisa estarão conscientes de que o entrevistador é nutricionista, mas que o foco do estudo não será fornecer uma crítica em relação a sua alimentação nem fazer aconselhamento dietético (MILLS, 2017).

### 3.3.2.3 *Etapas da pesquisa*

Para a realização da pesquisa realizou-se as etapas descritas na Figura 3.

Figura 3: Etapas da pesquisa – Foto-elicitação



Fonte: elaborada pelo autor (2018)

### 3.3.2.4 Seleção e caracterização dos sujeitos

A pesquisa foi realizada na cidade de Florianópolis, na região insular. A seleção dos participantes foi realizada por meio de questionário online elaborado na plataforma *Google Forms*, que continha questões fechadas de caracterização do indivíduo e uma questão aberta visando identificar por que o indivíduo se considerava uma pessoa que fazia ou buscava uma alimentação saudável. Esta questão foi utilizada para auxiliar na seleção da amostra.

As variáveis, dimensões e indicadores do questionário estão descritos no quadro 10 do modelo de análise. O modelo de análise consiste na organização operacional de questões consideradas relevantes para delinear as observações e análises da pesquisa. Representa aquilo que é considerado essencial na visão do pesquisador com base na fundamentação teórica, sem se preocupar com a representação de toda a realidade (QUIVY; CAMPENHOUDT, 2003). As variáveis são apresentadas segundo o modelo proposto por Proença (PROENÇA, 1996), baseado em Quivy e Campenhoudt (2003), o qual contempla a dimensão, sua definição e os indicadores (Quadro 10).

Os dados resultantes da fase inicial foram analisados visando maior heterogeneidade da amostra. Para a análise da questão aberta sobre por que o indivíduo considerava que fazia uma alimentação saudável, procedeu-se uma classificação da resposta em nutricional, simbólico e sustentável. A partir destas respostas buscou-se selecionar indivíduos que representassem diferentes perspectivas sobre alimentação saudável. A classificação foi realizada por uma pesquisadora e discutida com pesquisadores parceiros para a obtenção de um consenso. A forma de classificação pode ser observada nos exemplos abaixo:

*Participante 1: Evito produtos **muito calóricos** (Nutricional).*

*Participante 2: Pela minha opção de dieta que **inclui diversidade de frutas, verduras, grãos...** (Nutricional).*

*Participante 3: Porque quero ter a ilusão de que sei qual é a **procedência** e a qualidade do meu alimento, porque na verdade, não há como ter plena certeza quais **químicos foram usados no cultivo do alimento** que chega a nossa mesa. Comer em restaurantes é minha última opção, e prezo pelos **alimentos frescos** (Sustentável).*

*Participante 4: **Gosto de fazer as compras de alimentos, gosto muito de cozinhar e prefiro fazer minhas refeições em casa** (Simbólico).*

Quadro 12 – Variáveis, dimensões e indicadores relacionadas à caracterização da amostra.

<b>Variável: características dos sujeitos</b>	
<b>Dimensão</b>	<b>Categorias/Indicadores</b>
Sexo	Masculino, feminino
Idade	< 20 anos; se acima de 20 anos: variável contínua
Escolaridade	Sem instrução formal; Ensino básico completo; Ensino básico incompleto Ensino fundamental incompleto; Ensino fundamental completo; Ensino superior incompleto; Ensino superior completo; Pós-Graduação
Naturalidade	Natural do município de Florianópolis; Natural de outro município
Estado civil	Casado(a)/união estável; separado(a)/divorciado(a); Viúvo(a); Solteiro(a)
Renda familiar	Quantidade em salário mínimo vigente
Ocupação	Descrição da ocupação
Peso referido	Peso em kg
Altura referida	Altura em metros
Restrição alimentar	Sim/Não. Tipo de restrição
Doença diagnosticada	Sim/Não. Tipo de doença.
<b>Dimensão</b>	<b>Categorias/Indicadores</b>
Cidade de residência atual	Florianópolis; Outra cidade
Bairro de residência	Nome do bairro
<b>Dimensão</b>	<b>Categorias/Indicadores</b>
Responsabilidade compra de alimentos	Sim. Normalmente eu sou responsável pelas compras Sim. Porém eu faço as compras somente para minha alimentação (e não para os demais moradores) Sim. Porém a responsabilidade é compartilhada com outros moradores de minha residência Não. Porém determino os alimentos para serem comprados por outra(s) pessoa(s) Não. Normalmente eu não sou responsável pelas compras da minha residência
Se considera uma pessoa que tem/busca uma alimentação mais saudável ao realizar a maior parte de suas escolhas alimentares (refeições/compra de alimentos, escolha de preparações)	Sim/Não Justifique

Fonte: Elaborado pela autora (2018).

Foram selecionados para compor a pesquisa indivíduos que se encaixassem nos seguintes critérios de seleção: indivíduos adultos, com idade igual ou superior a 20 anos e inferior a 60 anos, que fosse residente em Florianópolis, responsável pela compra de alimentos, se considerasse uma pessoa que tem uma alimentação saudável e que aceitasse participar da pesquisa. Foram excluídos indivíduos com restrição alimentar relacionada a doenças

diagnosticadas. Visando reduzir as perdas de seguimento o pesquisador realizou contato a cada três dias com os participantes. No entanto, cinco participantes desistiram da pesquisa após seu início. O número de participantes foi definido por saturação (FONTANELLA et al., 2008; FRANCIS et al., 2010) considerando a percepção sobre alimentação saudável e esta foi alcançada com 15 participantes.

Após a seleção, o pesquisador entrou em contato com os participantes via e-mail convidando-os para participar da segunda etapa da pesquisa. Em caso de aceite, os demais contatos foram feitos via telefone. Em caso de recusa, um novo participante era convidado para compor a amostra.

### *3.3.2.5 Coleta de dados - Entrevista Foto-Elicitação*

Esta etapa foi conduzida por meio de entrevista aberta em profundidade com uso de guia de entrevistas e técnica de foto-elicitação. No intervalo entre a primeira e a segunda etapa os indivíduos selecionados realizaram o registro fotográfico, conforme orientação (APENDICE A). Ressalta-se que a etapa de seleção e de entrevistas em profundidade foram ocorrendo simultaneamente, até a saturação da amostra. A data, horário e local para a realização da entrevista foram combinados por telefone com cada participante.

As fotos tiradas por cada participante consistiram de base para a condução das entrevistas que foram realizadas individualmente, face a face e conforme disponibilidade do participante.

O tempo para o registro fotográfico disponibilizado aos participantes varia entre estudos que utilizaram a metodologia de foto-elicitação para investigação relacionada a alimentação. Encontrou-se um intervalo de três a quatro semanas (NEIL et al., 2011; ADAMS et al., 2012; PATRICIA et al., 2017; MILLS et al., 2017; TURK, M. T.; FAPOHUNDA, A.; ZOUCHA, 2014). Desse modo, utilizou-se o intervalo de duas semanas para o registro fotográfico, após o primeiro contato realizado com os indivíduos selecionados. Nesse intervalo, os participantes foram acompanhados via telefone para reforço das orientações, visando evitar possíveis perdas de seguimento. O tempo variou conforme a disponibilidade dos participantes e o número de fotos registradas durante esse período.

Do mesmo modo, o número de fotos solicitadas aos participantes entre os estudos é arbitrário. Portanto, na presente proposta os participantes não foram limitados quanto ao número máximo de imagens, ficando a critério do pesquisador, no momento da condução da

entrevista, decidir quais fotos poderiam ou não ser discutidas visando atender aos objetivos da pesquisa. Ressalta-se que no momento da entrevista os participantes foram informados que nem todas as imagens registradas poderiam ser discutidas, conforme sugerido Hammer et al. (2015), sendo adotado para essa pesquisa o critério de similaridade das fotos. Assim, durante a condução da entrevista, fotos que representavam refeições muito parecidas foram exploradas somente uma vez. Um exemplo pode ser observado na figura 4.

Figura 4 – Fotos similares registrada por um dos participantes, representando que somente uma delas foi explorada mais a fundo no momento da entrevista.



**Foto 1**

**Foto 2**

Fonte: Fotos registradas por um dos participantes da pesquisa (2018)

Todos os participantes enviaram as fotos previamente de modo que as mesmas foram organizadas em pastas contendo o nome de cada participante. Ressalta-se que antes da entrevista o pesquisador realizava uma análise prévia das fotos, buscando identificar aspectos que pudessem contribuir para a discussão de aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável (exemplo figura 5).

Figura 5 – Foto registrada por um dos participantes, a partir da qual foi possível iniciar a discussão sobre alimento transgênico (milho).



Fonte: foto registrada por um dos participantes da pesquisa (2018)

O roteiro de entrevista foi elaborado visando estabelecer um relacionamento com os participantes e incentivá-los a refletir sobre o que pensam e fazem em relação à alimentação saudável. O roteiro da entrevista e as imagens utilizadas podem ser observados nos apêndices B e C, respectivamente.

A condução da entrevista de foto-elicitação é caracterizada por dois momentos que podem ocorrer de modo consecutivo ou concomitante. Em um primeiro momento, é feita uma descrição da fotografia e, em um segundo momento, são introduzidas questões técnicas relacionadas ao problema (HARPER, 2002; KOLB, 2008; BANKS, 2009). A percepção dos participantes em relação às suas fotografias pode ser apreendida de diferentes formas: escolha de imagens percebidas como mais importantes; ordenamento das imagens de acordo com a importância; redação de legenda ou parágrafo para a foto ou conjunto de fotos; entrevistas em profundidade a respeito de cada fotografia, dentre outras (NEIVA-SILVA; KOLLER, 2002).

Nesta pesquisa, a entrevista foi iniciada solicitando ao participante que fizesse a descrição de cada uma das fotos. O indivíduo foi estimulado a discorrer sobre o motivo do registro fotográfico, bem como o contexto e história da fotografia, e a importância do momento/alimento no contexto da sua alimentação. Para introdução de questões técnicas relacionadas especificamente ao problema, o pesquisador solicitou que o entrevistado selecionasse, dentre as fotografias registradas, aquelas que poderiam se relacionar com uma alimentação mais ou menos saudável. Ressalta-se que, apesar desse estímulo pré-definido, o pesquisador, poderia a qualquer momento, introduzir questões técnicas com base no referido pelo participante (Apêndice B).

De modo complementar às fotografias e após a discussão delas, foram utilizados estímulos visuais selecionados pelo próprio pesquisador (Apêndice C) para gerar discussão sobre aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável, caso os mesmos não fossem espontaneamente referidos pelos entrevistados ou reforçar a discussão caso já mencionados de alguma forma pelos entrevistados. Ressalta-se que no momento de condução das entrevistas o pesquisador tinha em mente que a percepção de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte da alimentação saudável é pouco explorada na literatura e pode não ser completamente compreendida por parte da população. Desse modo, pequenas diferenças encontradas nas percepções podiam ser exploradas e valorizadas para melhor compreensão dos objetos da investigação (POPE; MAYS, 2005).

Foram utilizadas imagens que gerassem discussão sobre: uso e consumo de alimentos contendo agrotóxicos, consumo de alimentos transgênicos, sazonalidade, origem dos alimentos/cadeia curta de produção, consumo de alimentos regionais, culturais e parte da tradição familiar, consumo de alimentos em momentos de confraternização, consumo de plantas alimentícias não convencionais e variedade no consumo de alimentos. Os entrevistados foram convidados a discorrer sobre as imagens, inicialmente descrevendo os elementos que chamassem atenção aos seus olhos e na sequência associar com questões já discutidas sobre alimentação saudável. Todas as entrevistas foram gravadas para transcrição posterior.

Ressalta-se que a técnica de foto-elicitación foi escolhida, primeiramente porque possibilita que os participantes respondam ao problema de pesquisa a partir de registros fotográficos feitos por eles, dentro do seu contexto e realidade. Assim, permite analisar a perspectiva do entrevistado considerando o contexto cultural, social e local no qual está inserido. As imagens registradas pelo pesquisador, adicionadas à discussão, auxiliaram no levantamento de questões não referidas inicialmente pelo entrevistado, bem como no aprofundamento das mesmas. Ademais, a técnica de foto-elicitación auxiliou na coleta de informações relacionadas a sentimentos e memórias devido à forma particular de representação (fotografia). Conforme já referido na literatura, todos estes aspectos podem contribuir tanto na aproximação entre o entrevistado e o problema de pesquisa, quanto entre pesquisador e pesquisado (BECKER, HOWARD, 1974; HARPER, 2002; KOLB, 2008; BANKS, 2009; DRAPER; SWIFT 2011), bem como possibilitar a reflexão e preocupações relacionadas às práticas reais do indivíduo que refletem na comunidade como um todo e promover o diálogo crítico e o conhecimento sobre questões importantes em nível coletivo (WANG; BURRIS, 1997).

É importante destacar que, embora o objetivo do estudo fosse compreender a percepção sobre alimentação saudável e o quanto aspectos simbólicos e sustentáveis são englobados nessa percepção de indivíduos adultos de Florianópolis, essas questões não foram perguntadas, em um primeiro momento e de modo direto no momento da entrevista. Buscou-se evocar memórias, sentimentos e experiências dos indivíduos em torno da alimentação, procurando compreender o quanto e como o conceito de alimentação saudável permeia as práticas alimentares dos indivíduos. A partir disso, pesquisador buscou identificar as percepções sobre uma alimentação saudável e as dimensões (nutricionais, sustentáveis e simbólicas) relacionadas à alimentação saudável, podendo convidar os participantes a refletir sobre a importância desses aspectos nas suas práticas alimentares saudáveis. Durante as entrevistas, buscou-se entender: as significações em torno da alimentação, principalmente alimentação saudável (*o que é considerado uma alimentação saudável, como a busca por alimentação saudável está presente no dia a dia dos indivíduos*), o reconhecimento de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte da alimentação saudável (*quais aspectos*), e a presença desses aspectos nas práticas alimentares saudáveis (*quais aspectos estão presentes, como estão ou já estiveram presentes e o quanto influenciam nas percepções sobre alimentação saudável*).

### 3.3.2.6 Tratamento e Análise dos dados

Os dados provenientes das entrevistas abertas foram submetidos à análise temática, segundo Braun e Clarke (2006). Esse tipo de análise possibilita identificar e analisar temas em um conjunto de dados. Busca identificar padrões, explicar e dar significado aos padrões identificados. Trata-se de um método flexível, de fácil aplicabilidade e que pode ser utilizado por pesquisadores com pouca experiência em pesquisa qualitativa (BRAUN; CLARKE, 2006).

Os dados verbais provenientes das entrevistas e registro do pesquisador foram transcritos *verbatim* com auxílio do software *Transcribe*<sup>29</sup>. Dados não verbais, como as imagens fotográficas foram transformados em dados verbais por meio de uma descrição da fotografia. A organização, exploração, codificação e análise do material foram realizadas por meio do software NVivo 11(QSR International).

---

<sup>29</sup> Disponível em: <https://transcribe.wreally.com/guide/>

Os códigos foram gerados indutivamente por meio de um processo de codificação dos dados sem tentar se encaixar em um quadro de codificação pré-existente (BRAUN; CLARKE, 2006).

Braun e Clarke (2006) dividem o processo de análise temática em seis etapas, conforme apresentado na figura 6 e descrito na sequência.

Figura 6 – Procedimentos para realização da análise temática

1. FAMILIARIZAÇÃO a partir de leitura exaustiva do material textual
2. CODIFICAÇÃO sistemática dos dados
3. Agrupamento dos códigos em TEMAS
4. REVISÃO dos temas e agrupamentos
5. REFINAMENTO dos temas
6. Elaboração do RELATÓRIO

Fonte: Braun; Clarke (2006).

A etapa 1 consiste na familiarização do pesquisador com os dados por meio de leitura exaustiva e ativa dos dados, buscando significados e padrões no texto. Na etapa 2 o pesquisador inicia o processo de geração de códigos por meio da junção sistemática de características interessantes dos dados de todo o conjunto e recolha de dados relevantes para cada código. Na etapa 3 ocorre o agrupamento de códigos em temas possíveis, reunindo todos os dados relevantes. É importante que o pesquisador não se preocupe em refinar temas nesse momento, pois trata-se de uma procura por temas gerais para representar um conjunto de códigos. Na etapa 4 ocorre a revisão dos temas, momento no qual o pesquisador confere os temas em relação aos códigos extraídos (etapa 1) e em relação a todo o conjunto de dados (etapa 2), gerando um "mapa" da análise temática. Na etapa 5 ocorre um refinamento e definição das nomenclaturas dos temas para que seja representativa da sua essência e especificidades. Por fim, é produzido o relatório associando o tema a exemplos que configurem os temas definidos, produzindo um relatório capaz de situar o leitor em relação aos resultados encontrados.

As imagens foram analisadas seguindo os procedimentos de visualização da foto associada à narrativa, visando entender as representações; geração de temas e articulação com o propósito do estudo (NEIL et al., 2012). Não foi feita uma interpretação isoladamente das narrativas por parte do pesquisador.

### 3.4 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Essa pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEPSH/UFSC) (ANEXO A). O anonimato e a segurança dos entrevistados foram garantidos no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que foi assinado por todos os participantes.

Os dados coletados eram de acesso exclusivo dos pesquisadores envolvidos e foram alterados os dados que pudessem levar à identificação dos participantes. Estes tinham a liberdade de negar a participação na pesquisa ou se retirar a qualquer momento durante a execução da mesma.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 4.1 ARTIGO 1

#### **O nutricionismo das recomendações dos guias alimentares e a ausência de questões simbólicas e sustentáveis**

#### **Nutritionism of food guide recommendations and absence of symbolic and sustainable issues**

Nutricionismo nas mensagens dos guias alimentares

Nutritionism in food guide messages

#### **Resumo**

Analizamos as principais mensagens de 90 guias alimentares para promoção de alimentação saudável, disponibilizadas pela FAO, considerando a presença de recomendações nas dimensões nutricionais, simbólicas e sustentáveis da alimentação. Para a extração dos dados, todas as mensagens foram exportadas para o software Nvivo e categorizadas em categorias pré-definidas com base na literatura conforme as dimensões correspondentes e outras categorias emergentes. Identificamos um total de 1982 mensagens, agrupadas nas dimensões: nutricional (n=73,9%); sustentável (3,2%); simbólica (3,3%) e outras (19,7%). Todos os guias abordavam aspectos nutricionais, sendo que a recomendação mais frequente foi em relação ao consumo de gordura, seguida do consumo de sal e vegetais e frutas, citadas por pelo menos 75 guias. Menos da metade dos guias (n=40) abordaram aspectos sustentáveis ou simbólicos da alimentação e 13 abordaram ambos, contudo, essas mensagens representaram 6,5% do total de mensagens presentes nos documentos. As recomendações para alimentação saudável presentes nos guias alimentares são incipientes no que se refere a questões sustentáveis e simbólicas. Recomendações para a adoção de dietas saudáveis devem considerar a integralidade do alimento e das relações do alimento com o indivíduo, com o ambiente e com a sociedade, ultrapassando o binômio saúde-nutriente.

Palavras chave: Diretrizes dietéticas; Sustentabilidade; Cultura; Nutrição; Saúde.

## **Abstract**

We analyzed the presence of nutritional, symbolic and sustainable recommendations in food guides for healthy eating. Food guides from 90 different countries were analyzed. For data extraction, all messages were exported to NVivo software and, after repeated readings, were categorized into predefined categories and corresponding dimensions based on the literature. The categories were created according to the mixed model, that is, they were created before data analysis, but could be modified if necessary. We identified 1982 messages grouped into the following dimensions: nutritional (n = 73.9%); sustainable (3.2%); symbolic (3.3%) and others (19.7%). All guides addressed nutritional aspects and the most frequent recommendation was regarding the consumption of fats, followed by the consumption of salt and vegetables and fruits, cited by at least 75 guides. Less than half (n = 40) of the food guides addressed sustainable or symbolic aspects of food and 13 of the guides addressed both aspects. However, these messages represented only 6.5% of the total messages in the documents. Regarding the predefined categories in the literature, the sustainable ones were the least addressed by the guides. Healthy eating recommendations in the guides focus on sustainable, non-cultural and nutritional aspects.

**Keywords:** Dietary Guidelines; Sustainability, Culture, Nutrition, Healthy.

## **Introdução**

O sistema alimentar vem passando por diversas modificações nas últimas décadas, desde a produção até o consumo. Impactos negativos no ambiente e na sociedade começam a surgir em decorrência de práticas da agricultura moderna como o uso intensivo do solo, monocultura, irrigação, aplicação de fertilizante inorgânico, controle químico de pragas e

manipulação genética de plantas<sup>1</sup>. A comercialização de alimentos é caracterizada pelo aumento das distâncias entre produção e consumo<sup>2</sup>, o que ocasiona perda da identidade cultural e uniformização de produtos<sup>3</sup>. A alimentação da população mundial tem se caracterizado por modificações nos padrões de produção<sup>4</sup> e consumo de alimentos<sup>3, 5-7</sup>, levando a uma padronização das práticas alimentares contemporâneas<sup>3, 8</sup>. Observa-se um elevado consumo de alimentos industrializados com altos teores de açúcares, gorduras (principalmente saturada e trans) e sódio<sup>3, 7, 9</sup>; bem como de alimentos com grandes quantidades de resíduos de agrotóxicos<sup>5, 10</sup> e geneticamente modificados<sup>11</sup>.

As escolhas alimentares possuem importante interação com sistemas agrícolas, ambientais e de saúde<sup>12</sup>, portanto, mudanças individuais na dieta podem ter grande potencial para influenciar a demanda por certos alimentos e diminuir a pressão sobre o sistema alimentar global<sup>13</sup>. Para isso, é preciso instrumentalizar os consumidores e influenciar no comportamento de escolha<sup>13</sup>. Um número crescente de países tem reconhecido que as políticas alimentares devem integrar o objetivo de melhorar a saúde e o bem-estar das pessoas e o meio ambiente<sup>14</sup>. As estratégias para promover uma alimentação saudável são urgentes e devem envolver todos os setores da sociedade e do sistema alimentar<sup>15</sup>.

No entanto, o nutricionismo ou reducionismo nutricional tem, há décadas, dominado a ciência da nutrição e as recomendações direcionadas a alimentação. Caracterizado por recomendações centradas no consumo de nutrientes e seus efeitos no organismo e equilíbrio energético o nutricionismo consiste em uma visão reducionista da alimentação<sup>16</sup>, levando a um distanciamento da população em relação ao alimento, origem, modo de produção, cultura e demais aspectos que compõem a alimentação<sup>16, 17</sup>. Ademais, tem favorecido a interpretações simplificadas e exageradas quanto ao papel exclusivo dos nutrientes na saúde<sup>18</sup> (e classificação dos alimentos em bons e maus, por vezes equivocada<sup>17</sup>). A relação saúde e nutrientes consiste

em apenas um dos fatores que influencia nas escolhas alimentares, de modo que uma abordagem reducionista parece ser questionável e insuficiente<sup>16</sup>

Nesse contexto, evidencia-se a necessidade de recomendações que contemplem a problemática de produção e consumo atuais, englobando a relação entre dieta, saúde, ambiente e sociedade<sup>10, 19-21</sup>. Incorporar questões ambientais nas recomendações para alimentação saudável tem sido apontada como chave para políticas de nutrição<sup>10, 19, 22</sup>. Além disso, a alimentação é um fenômeno complexo, não tendo como propósito único o fornecimento de nutrientes<sup>3</sup>.

De acordo com a Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), é necessário incentivar dietas que valorizem alimentos que fazem parte da tradição e cultura; agriculturas e práticas tradicionais e variedades locais, de modo a ajudar na preservação da soberania e tradição de produção, envolvendo alimentos culturalmente aceitáveis<sup>5</sup>.

Os Guias alimentares são instrumentos criados para auxiliar (direta ou indiretamente) as populações em suas escolhas alimentares, sendo desenvolvidos por diversos países de acordo com a realidade e especificidades dos mesmos (FAO, 2016a; MARTINS; FREIRE, 2008). De acordo com a FAO, são instrumentos que podem servir para orientar uma ampla gama de políticas e programas de educação em alimentos e nutrição, saúde, agricultura e nutrição; portanto, representa uma oportunidade única de impactar favoravelmente as dietas e o sistema alimentar, da produção ao consumo (FAO, 2016a). Em análise realizada pela FAO, somente 4 guias se destacaram por apresentar orientações para alimentação saudável incluindo a sustentabilidade em seus aspectos, sendo esses Alemanha, Brasil, Suécia e Qatar<sup>23</sup>. Uma revisão de 34 guias alimentares europeus identificou que as mensagens base para alimentação saudável versavam sobre: consumir quantidades adequadas de grãos, legumes e frutas com ingestão moderada de gorduras, açúcares, carnes, bebidas calóricas e sal<sup>24</sup>.

Sendo assim, observa-se que outros aspectos parecem ainda não ser muito bem incorporados nas recomendações alimentares<sup>19</sup>. Reconhece-se a importância do conteúdo nutricional para avaliação e promoção de práticas alimentares saudáveis<sup>25</sup>, principalmente diante do histórico de aumento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Porém, autores referem que essa não pode ser a única abordagem para classificar práticas em saudáveis ou não<sup>10, 19, 25</sup>, pois parecem não ser suficientes. Diante disso, o objetivo desse estudo foi identificar as recomendações presentes em Guias alimentares para alimentação saudável direcionados a população, considerando aspectos das dimensões nutricionais, simbólicas e sustentáveis da alimentação.

Por dimensão nutricional da alimentação saudável compreende-se aqueles relacionados a suprir as necessidades nutricionais e biológicas do organismo, variando conforme os ciclos de vida, níveis de atividade física, dentre outros fatores. A dimensão sustentável envolve pensar no papel dos alimentos e escolhas alimentares não somente para a saúde, mas também a sustentabilidade (ambiental, social, econômica) pra todo o sistema alimentar<sup>26, 27</sup>. Desse modo envolve ações para manutenção e preservação do ambiente, como preservação da biodiversidade, modos de produção animal e vegetal sustentáveis, cadeias curtas de comercialização, dentre outras<sup>5, 28</sup>. Os aspectos da dimensão simbólica da alimentação reconhecem que o comer envolve a compreensão dos significados que o alimento tem para o indivíduo de acordo com o contexto social e cultural no qual está inserido. Relaciona-se com as tradições relacionadas ao ato de comer, o sabor, odor e aparência do alimento e/ou preparação

## Método

Foi realizada uma análise das principais mensagens de guias alimentares de diferentes países selecionados a partir do banco de dados disponível no site da FAO<sup>29</sup>. A FAO fornece as diretrizes presentes nos guias alimentares de vários países no idioma inglês, permitindo a análise de um maior número de documentos. Desta forma, foram analisadas e denominadas de principais mensagens as diretrizes disponibilizadas pela FAO e não todo o conteúdo do guia alimentar. A coleta de dados foi realizada no ano de 2018.

Foram analisadas informações de guias alimentares de 90 países distintos. As informações de cada guia foram acessadas uma a uma e extraídos os dados referentes à: país de origem, divisão geográfica proposta pela FAO, ano de publicação e diretrizes/mensagens dietéticas. A unidade de análise consistiu de palavras e frases presentes nas mensagens, cujo conteúdo foi analisado qualitativamente. A análise consistiu em destacar segmentos das mensagens que refletiam diferentes ideias com o objetivo de identificar mensagens em categorias abrangentes<sup>30</sup> relacionadas às dimensões e categorias da alimentação saudável, definidas com auxílio da literatura. As mensagens foram importadas e analisadas no software NVivo 11.0.

A criação das categorias de pré-análise baseou-se na literatura e nos objetivos da pesquisa. Desse modo buscou-se uma literatura que versava sobre a promoção de uma alimentação saudável englobando aspectos nutricionais, simbólicos e sustentáveis. Visando definir os aspectos relacionados a essas dimensões foi realizada uma revisão narrativa. Os estudos de revisão narrativa são publicações com a finalidade de descrever e discutir o estado da arte de um determinado assunto<sup>31</sup>. Visto a abrangência da temática e a dificuldade em estabelecer uma pergunta de pesquisa precisa, a revisão narrativa foi utilizada por possibilitar uma discussão ampliada. É importante ressaltar que o foco da revisão foi a promoção de uma

alimentação saudável, desse modo pode não ter contemplado literatura direcionada especificamente para questões de modificações climáticas ou impacto ambiental que englobavam aspectos relacionados a alimentação, porém que não tinham a alimentação saudável como questão principal.

Considerando os objetivos dessa pesquisa, os termos de busca utilizados foram relacionados a alimentação saudável e nutricional ou simbólica ou sustentável, bem como os termos similares. As buscas foram realizadas por um dos autores, sem limitação de data, país do estudo ou área de conhecimento. Foram incluídos no estudo artigos originais, de revisão e literatura cinzenta nos idiomas inglês, espanhol e português. Os dados provenientes da revisão de literatura são apresentados indicando a dimensão da alimentação saudável (nutricional, sustentável e simbólica) e categorias pré-definidas, bem como as referências que embasaram a inserção de cada categoria na dimensão específica.

A revisão foi realizada de forma não sistemática no período de agosto de 2016 a novembro de 2017. Foram realizadas buscas nas bases de dados Scopus, PsycInfo, Assia e Scielo, além de consultas no banco de dados de teses e dissertações da Capes, páginas como *research gate* e google acadêmico. Para a busca em inglês, inicialmente foram utilizados descritores MeSH – Medical Subject Heading e DeCS – Descritores em Saúde; a partir dos termos identificados nos artigos foram definidas palavras-chave para a realização de novas buscas.

Considerando as temáticas relacionadas à pergunta de pesquisa, os resultados foram divididos em três grupos de recomendações para a alimentação saudável: Dimensão 1 – Recomendações essencialmente nutricionais; Dimensão 2 – Recomendações essencialmente sustentáveis; Dimensão 3 – Recomendações essencialmente simbólicas. A partir dos resultados da revisão narrativa foi possível categorizar as recomendações presentes nos guias alimentares analisados e dividi-las nas dimensões de interesse. Salienta-se que a revisão buscou identificar categorias em cada dimensão. As categorias de pré-análise foram desenvolvidas a partir de um

modelo misto, ou seja, foram criados a priori e poderiam ser modificados e emergir do conteúdo de análise.

Foram contabilizadas as mensagens agrupadas em cada categoria analisada. Os dados foram analisados na forma de frequência simples, distribuídos por grupos e categorias de análise e por guia alimentar. Todas as recomendações presentes nos guias foram analisadas e categorizadas nos grupos de interesse criados com base na literatura. Aquelas que não abordaram aspectos relacionados a nenhum dos três grupos foram classificadas como Outras recomendações. Os dados relativos à análise dos guias são apresentados como frequência simples, considerando o número de mensagens presentes em cada categoria, bem como o número de guias que continha essas mensagens.

## Resultados

A partir da revisão narrativa da literatura foi possível identificar aspectos relacionados as dimensões nutricional, sustentável e simbólica. As categorias pré-definidas de cada grupo, bem como as referências utilizadas para embasar a classificação podem ser visualizadas no Quadro 1.

Quadro 1: Categorias pré-definidas em cada grupo e referências que embasaram a classificação.

<b>Categorias pré-definidas</b>	<b>Referências</b>
<b>Dimensão 1 – Essentially Nutritional Recommendations</b>	
Teor de nutrientes dos alimentos; grupos alimentares (carnes, frutas e vegetais, cereais, entre outros)	9, 32-36
Conteúdo energético; quantidade de calorias	9, 33, 35, 36
Consumo de sal	9, 37
Consumo de açúcar	33, 38
Consumo de óleos e gorduras	32, 37, 33, 36
Consumo de aditivos alimentares	39, 40
Consumo de alimentos processados	33, 36, 37, 41
Consumo de alimentos integrais	9, 33, 36
<b>Dimensão 2 – Essentially Sustainable Recommendations</b>	
Respeito a sazonalidade	38, 42
Valorização de alimentos da biodiversidade	28, 36, 43, 44
Consumo de plantas silvestres e não convencionais	45, 46
Consumo de alimentos orgânicos e valorização do sistema de produção agroecológico	44, 47, 48

Consumo de alimentos não modificados geneticamente	1, 11, 49-51
Desperdício de alimentos	21, 26, 36, 52, 53
Consumo de alimentos locais e cadeias curtas de comercialização	26, 42, 44, 47, 53, 54
Consumo de alimentos da agricultura familiar e de pequenos produtores	16, 54
Consumo de alimentos de Hortas caseiras e comunitárias	16
Consumo de alimentos de comércio justo e economia solidária	52, 55
Produção animal sustentável/bem-estar animal	21, 44, 56
Alimentação baseada em vegetais	36, 42, 44
<b>Dimensão 3 - Essentially Symbolic Recommendations</b>	
Sabor	3, 57, 58
Apresentação, cor e odor dos alimentos	3, 57
Valorização do contexto cultural do indivíduo ou grupo; preservação da cultura e identidade alimentar; consumo de alimentos típicos e tradicionais	3, 5, 36, 59-61
Valorização dos conhecimentos e crenças do indivíduo ou grupo	3, 58, 59, 61
Comer como um momento de integração social e amizade	58, 62
Ter tempo para preparar e comer as refeições. Comer devagar	58, 62
Comer com prazer	58, 62

Fonte: Elaborado pelos autores (2019)

Foram analisados 90 guias alimentares e identificadas 1982 recomendações para alimentação saudável direcionadas à população. O continente Europeu teve o maior número de guias analisados, representando 36,7% (n=33), seguido da América Latina e Caribe (n=28; 31,1%) e Ásia (n=18; 20%). O ano de publicação variou de 1986 a 2017, sendo que quatro guias foram publicados antes do ano 2000 e a maioria (65,2%) era posterior a 2009, sendo 22,2% após 2014.

A Tabela 1 mostra o número de recomendações categorizadas em cada dimensão. A análise das mensagens indicou que 73,9% eram recomendações classificadas como 'Essencialmente nutricionais' e todos os guias apresentaram recomendações classificadas nesse grupo. Recomendações sustentáveis e simbólicas representaram 3,2% e 3,3% das recomendações dos guias e estiveram presentes em 30 e 22 guias alimentares, respectivamente.

Em relação as recomendações contendo aspectos sustentáveis e simbólicos, dos 90 guias alimentares, 13 (14,4%) abordaram ambos aspectos e 40 (44,4%) apresentavam alguma mensagem classificada como sustentável ou como simbólica. Esses representavam 57% (n=16) do total de guias da América e Caribe, 45% (n=15) dos guias europeus, 22% (n=4) dos guias asiáticos, 28,5% (n=3) dos guias da África e 50% (n=2) dos guias do Oriente Médio. Em relação

ao ano de publicação, observou-se que entre esses 40 guias, 62,5% foram publicados após 2009, sendo 20% após 2014.

Tabela 1: Caracterização dos guias analisados e categorias identificadas.

Caracterização dos guias e categorias identificadas		N	%
<b>Ano de publicação*</b>	Antes de 2000	4	4,5
	2000–2008	27	30,3
	2009–2013	38	42,7
	2014–2017	20	22,5
<b>Local de publicação</b>	Europa	33	36,7
	América Latina e Caribe	28	31,1
	Ásia	18	20,0
	África	7	7,8
	Oriente Médio	4	4,4
<b>Classificação das recomendações</b>	Essencialmente nutricional	1464	73,9
	Essencialmente sustentável	63	3,2
	Essencialmente simbólica	65	3,3
	Outras recomendações	390	19,7

\* Em um dos guias analisados a data não estava especificada.

Fonte: Elaborado pelos autores (2019).

O detalhamento do número de mensagens presentes em cada categoria de análise, bem como o número de guias que fizeram essas recomendações pode ser observada na Tabela 2. Recomendações relativas ao consumo de gordura tiveram o maior número de mensagens, e estavam presentes em 79 dos 90 guias analisados. A redução do desperdício de alimentos e o incentivo consumo de alimentos orgânicos foram citadas somente por um guia.

Tabela 2: Categorias e número de recomendações classificadas como Essencialmente nutricionais, sustentáveis, simbólicas e Outras recomendações

<b>Dimensão 1: Recomendações Essencialmente Nutricionais</b>	<b>N mensagens</b>	<b>N guias</b>
Gordura	163	79
Sal	162	79
Vegetais e frutas	156	75
Carnes	124	57
Açúcar	128	69
Leites	93	53
Alimentação variada	92	67
Peixes	77	47
Recomendações gerais sobre alimentação	59	34
Fibras	57	41
Óleo	57	42
Cereais e amiláceos	56	41
Outros grupos de alimentos	45	27
Leguminosas	38	30
Ovos	36	25
Processamento de alimentos	32	15
Nutrientes	30	19
Refeições	23	13
Calorias	18	12
Rotulagem de alimentos	18	11
<b>Total</b>	<b>1464</b>	<b>90</b>
<b>Dimensão 2: Recomendações Essencialmente Sustentáveis</b>	<b>N mensagens</b>	<b>N guias</b>
Consumo de alimentos frescos e/ou naturais	24	17
Valorização do alimento local	14	11
Respeito a sazonalidade	9	7
Dieta baseada em alimentos de origem vegetal	11	6
Valorização de alimentos orgânicos	2	1
Proteção ao ambiente	2	2
Redução do desperdício	1	1
<b>Total de recomendações</b>	<b>63</b>	<b>30</b>
<b>Dimensão 3: Recomendações Essencialmente simbólicas</b>	<b>N mensagens</b>	<b>N guias</b>
Valorização da cultura alimentar, alimentos e culinária tradicional	24	11
Valorização do local, ambiente e horário das refeições	23	8
Apreciar a refeição	28	13
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>22</b>
<b>Outras recomendações</b>	<b>N mensagens</b>	<b>N guias</b>
Atividade física	74	62
Higiene	71	41
Água e outros líquidos	66	55
Peso	64	49
Bebida alcoólica	48	42
Aleitamento materno	31	21
Para diferentes grupos populacionais	11	6
Alimentação complementar	9	8
Cuidado da saúde e prevenção de doença (não associada a alimentos)	0	6
Uso de recursos financeiros	4	3
Fumo	3	3
<b>Total</b>	<b>390</b>	<b>88</b>

Fonte: elaborado pelos autores (2019)

## Discussão

O objetivo desse estudo foi identificar as recomendações para alimentação saudável direcionadas à população. Todas as recomendações nutricionais identificadas na revisão de literatura estavam presentes nos guias. Em contrapartida, recomendações sustentáveis como o consumo de alimentos da biodiversidade, não transgênicos, provenientes de pequenos

agricultores e de um comércio mais justo não foram observadas. Os resultados demonstram o predomínio da perspectiva nutricional nas estratégias para promoção de uma alimentação saudável em guias alimentares de todo o mundo. Em particular, observou-se que a maioria dos guias fazia recomendações em relação a gordura, sal, vegetais e frutas, açúcar e alimentação variada. Do total de guias analisados, 40 abordaram aspectos sustentáveis e/ou simbólicos da alimentação. Contudo, essas mensagens representaram apenas 6,3% do total de mensagens presentes nos documentos. O consumo de alimentos frescos e naturais foi a recomendação sustentável presente em um maior número de guias (n=17), enquanto o consumo de alimentos orgânicos como parte de uma alimentação saudável e a redução do desperdício tiveram a menor frequência. Recomendações relacionadas a aspectos culturais da dieta, como valorização da cultura e da refeição também foram incipientes.

A centralidade de recomendações nutricionais em guias alimentares também já foi observada em outros estudos<sup>24, 34</sup>. A grande quantidade de mensagens sobre alimentação saudável e dieta, somada a contradição nos discursos entre os pesquisadores, profissionais da saúde e mídia, o desenvolvimento contínuo da ciência da Nutrição<sup>6, 34, 63</sup> e os diferentes conceitos e terminologias utilizados, tem dificultado a compreensão do consumidor sobre alimentação saudável<sup>34, 64, 65</sup>. Uma alimentação saudável nem sempre é compreendida e interpretada de modo uniforme entre os consumidores<sup>64, 65</sup>. Ademais, pode levar a uma dissonância social (simbólicas) e/ou dietética (nutricional) entre aquilo que é interiorizado pelo indivíduo e as suas práticas reais<sup>3, 17</sup>.

Apesar de a discussão da importância da promoção de aspectos de sustentabilidade<sup>5, 26</sup> e simbólicos<sup>3</sup> não ser algo recente, poucos guias alimentares incluem essas dimensões em suas recomendações. A maioria dos guias alimentares publicados após 2014 não apresentaram nenhuma orientação para a população buscando englobar essas preocupações. A ausente abordagem dos guias alimentares em relação a influência de fatores socioeconômicos, culturais

e políticos nos hábitos alimentares pode influenciar na adesão prática das recomendações presentes nos guias<sup>66</sup>. Considerando os desafios observados para a alimentação de maneira sustentável, orientações políticas para alterar sistemas alimentares estão muito atrasadas<sup>15</sup>. Segundo Lairon<sup>67</sup>, é evidente a existência de um sistema alimentar mundial insustentável.

As orientações presentes nos guias relacionadas a aspectos de sustentabilidade foram direcionadas ao consumo de alimentos frescos e naturais, local de produção e sazonalidade. Apesar de o consumo de vegetais e frutas estar presente em quase todos os guias alimentares, sete destacaram a importância de serem alimentos sazonais e somente um guia recomendou o consumo de alimentos orgânicos e agroecológicos. Percebe-se uma desconexão entre as recomendações com abordagem nutricional e a produção de alimentos, mesmo que indiretamente possa refletir em redução no impacto ambiental por fomento a questões sustentáveis. Por exemplo, recomendações para o consumo de vegetais e frutas podem estimular a demanda por alimentos frescos, naturais e orgânicos. Essa por sua vez poderia estimular a maior produção desses alimentos, no entanto, não há uma conexão direta e articulada entre o consumo e produção. Promover modificações na dieta com foco somente em aspectos nutricionais tem um efeito limitado na redução dos impactos ambientais<sup>68</sup>.

Assim, acredita-se que o consenso na promoção de dietas baseadas em alimentos de origem vegetal e no maior consumo de vegetais e frutas, tendo em vista a prevenção de doenças e promoção de uma alimentação saudável, deveria implicar na identificação e apoio de práticas sustentáveis de produção. Nesse sentido, destaca-se a importância ao fomento da compra de alimentos da agricultura familiar (ausente nos guias alimentares), apontada como importante para oferta de vegetais e frutas, alimentos regionais e da sociobiodiversidade<sup>69, 70</sup>, dentre outros alimentos in natura, sendo a principal responsável por alimentar populações<sup>71</sup>.

As motivações para que o consumidor considere esses aspectos nas suas escolhas alimentares ainda não são muito bem compreendidas<sup>72</sup>. Ainda mais complexo são as

modificações das escolhas alimentares buscando incorporar aspectos sustentáveis<sup>73</sup> e simbólicos<sup>74</sup>. Na contramão da alimentação globalizada, observa-se também um maior interesse dos consumidores por movimentos contrários, que aproximam a produção e o consumo. Apesar de não estar presentes nos guias, observa-se um crescente interesse dos consumidores por alimentos orgânicos<sup>75</sup>; alimentos locais, associados a um local de origem; alimentos tradicionais, parte da cultura local<sup>76</sup>, o que pode estar despertando uma maior consciência para aspectos simbólicos e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável.

As recomendações simbólicas da alimentação saudável estiveram relacionadas a hábitos de preparo e de realização das refeições, ao local de realização das refeições e a valorização da cultura e alimentos tradicionais. Nesse sentido, alguns guias ressaltaram a importância do prazer de comer, de compartilhar as refeições e de compreender e aproveitar o momento de realização das refeições como um momento de socialização. Esses guias, apesar de apresentar essas mensagens de modo sutil, abordaram o ato de se alimentar para além da simples ingestão de alimentos e nutrientes. Estudo conduzido por Oliveira e Santos (2018)<sup>77</sup> analisou as duas versões (2006 e 2014) do guia alimentar brasileiro e identificou que ambas abordavam a relação entre a alimentação e as dimensões sociais e culturais da mesma, apesar de, na primeira versão predominar o discurso médico-nutricional, enquanto que na segunda versão do guia o discurso central está relacionado a alimentação saudável pautada em alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias.

Nesse sentido, vale lembrar que comer está repleto de simbolismo que direta ou indiretamente influenciam nas escolhas alimentares<sup>3</sup> e que precisam ser respeitados para que se tenha uma alimentação verdadeiramente saudável. Alimentos ou preparações tradicionais fazem parte da cultura alimentar, resgatam laços e memórias afetivas e gustativas. Envolvem o preparo a partir de receitas de família ou que resgatam essa lembrança familiar<sup>3</sup>. Desse modo, orientações como consumir alimentos parte da sua cultura ou da sua história familiar alimentar

poderiam estimular também o maior preparo de refeições em casa, prática associada a melhoria da qualidade da alimentação<sup>78</sup>. Ainda, a importância de valorização da cultura e de alimentos parte da tradição, dos modos de fazer e saber locais, está diretamente relacionada a valorização de produtos locais, frescos, naturais, da biodiversidade, produzidos por pequenos produtores e redução no consumo de alimentos industrializados.

A promoção de escolhas alimentares saudáveis deve incorporar a abordagem conjunta e equilibrada das diversas dimensões que envolvem uma alimentação<sup>79</sup>, sendo essas: nutricionais, simbólicas, sustentáveis, higiênico-sanitárias, sensoriais, políticas, sociais, dentre outras<sup>3, 80</sup>. Assim, para um alimento ser considerado saudável precisa ser produzido em um sistema alimentar ambientalmente sustentável, socialmente justo e economicamente viável, de modo a garantir a segurança alimentar da população como um todo<sup>81</sup> e favorecer o desenvolvimento sustentável<sup>5, 78</sup>. Do mesmo modo, não condiz com a prática de promoção de uma alimentação saudável a supervalorização de determinado alimento em função das suas características nutricionais ou funcionais. Ações nesse sentido somadas à constante busca por um padrão de estética imposto pela mídia favorecem o surgimento de “dietas milagrosas” ou superalimentos, não atendendo as dimensões de uma alimentação saudável<sup>82</sup>. Abordagens alternativas que orientam o indivíduo a aceitar todos os alimentos ao invés de classificá-los em proibidos ou permitidos são sugeridas como mais positivas<sup>83</sup>.

Ao interpretar nossos resultados é importante considerar que a FAO apresenta as mensagens principais dos guias alimentares, enviadas por cada país para a organização, o que não significa que outros locais não possuam recomendações. Como o número de guias por região variou em grande número, não foi possível identificar se alguma região se destacava em relação as recomendações. A análise não ocorreu na totalidade do guia, considerando apenas as orientações diretas destinadas aos consumidores. Assim, os resultados podem não expressar as discussões gerais presentes nos guias. No entanto, optou-se por analisar as mensagens

disponibilizadas pela FAO por possibilitar uma análise mais abrangente em número de guias, tendo vista a uniformidade do idioma das mensagens, apresentadas todas em inglês. Em adição, a classificação das mensagens nos grupos de interesse pode representar uma limitação uma vez que a recomendação nem sempre estava clara em relação ao seu objetivo.

## **Conclusão**

Os guias alimentares analisados centram suas recomendações na qualidade nutricional do alimento, não associando aspectos sustentáveis e simbólicos como parte de uma alimentação saudável. Recomendações sustentáveis e simbólicas quando presentes nos guias alimentares foram incipientes e insuficientes. O nutricionismo das recomendações para uma alimentação saudável pode levar, não somente a uma banalização do conceito de saudável, como também dificultar a compreensão e aplicação das recomendações no nível das práticas alimentares. Recomendações para a adoção de dietas saudáveis devem ser centradas em várias dimensões que considerem a integralidade do alimento e das relações do alimento com o indivíduo, com o ambiente e com a sociedade, ultrapassando o foco biológico o binômio saúde-nutriente. Ressalta-se que esse estudo pode contribuir com a FAO para que a mesma faça recomendações aos países para inclusão e aprimoramento de aspectos simbólicos e sustentáveis em seus guias alimentares.

## **Agradecimentos**

À Coordenadoria de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pela bolsa de ensino concedida para dedicação e realização da pesquisa, no Brasil e no exterior.

## **Referências**

1. Gliessman SR. Agroecology: the ecology of sustainable food systems: CRC Press; 2014.

2. Thomas K, Karl-Heinz E, Helmut H. Rapid growth in agricultural trade: effects on global area efficiency and the role of management. *Environmental Research Letters*. 2014;9(3):034015.
3. Poulain J-P. *Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço alimentar* 2012.
4. Etiévant P. Dietary behaviours and practices: Determinants, action, outcomes. In: Burlingame B, Dernini S, editors. *Sustainable diets and biodiversity*. Rome: FAO; 2012.
5. FAO. *Sustainable diets and biodiversity*. In: Food and Agriculture Organization of the United Nations, editor. *Rome: International Scientific Symposium Biodiversity and Sustainable Diets United against Hunger (2010: Rome, Italy)*; 2012.
6. Imamura F, Micha R, Khatibzadeh S, Fahimi S, Shi P, Powles J, Mozaffarian D. Dietary quality among men and women in 187 countries in 1990 and 2010: A systematic assessment. *The Lancet Global Health*. 2015;3(3):e132-e42.
7. Popkin BM. Global nutrition dynamics: The world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *American Journal of Clinical Nutrition*. 2006;84(2):289-98.
8. Diez Garcia RW. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Revista de Nutrição*. 2003;16(4):483-92.
9. WHO. *Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020*. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2013. p. 55.
10. Johnston JL, Fanzo JC, Cogill B. Understanding sustainable diets: A descriptive analysis of the determinants and processes that influence diets and their impact on health, food security, and environmental sustainability. *Advances in Nutrition*. 2014;5(4):418-29.
11. Cortese RDM, Martinelli SS, Fabri RK, Proença RPdC, Cavalli SB. A label survey to identify ingredients potentially containing GM organisms to estimate intake exposure in Brazil. *Public Health Nutrition*. 2018;21(14):2698-713.
12. Auestad N, Fulgoni VL. What current literature tells us about sustainable diets: emerging research linking dietary patterns, environmental sustainability, and economics. *Advances in nutrition (Bethesda, Md)*. 2015;6(1):19-36.
13. Riley H, Buttriss JL. A UK public health perspective: what is a healthy sustainable diet? *Nutrition Bulletin*. 2011;36(4):426-31.
14. Garnett T. *What is a sustainable healthy diet? A discussion paper*. Food Climate Research Network; 2014.
15. Lang T. Sustainable diets and biodiversity: The challenge for policy, evidence and behaviour change. In: Burlingame B, Dernini S, editors. *Sustainable Diets and Biodiversity*. Rome: FAO; 2012.
16. O'Kane G. A moveable feast: Contemporary relational food cultures emerging from local food networks. *Appetite*. 2016;105:218-31.
17. Jennings HM, Thompson JL, Merrell J, Bogin B, Heinrich M. Food, home and health: the meanings of food amongst Bengali Women in London. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*. 2014;10(1):44.
18. Jacobs DR, Tapsell LC. Food, Not Nutrients, Is the Fundamental Unit in Nutrition. *Nutrition Reviews*. 2007;65(10):439-50.
19. Gil Á, Ruiz-López MD, Fernández-González M, de Victoria EM. The finit healthy lifestyles guide: Beyond the food pyramid. *Nutr Hosp*. 2015;31(5):2313-23.
20. Allen T, Prosperi P, Cogill B, Flichman G. Agricultural biodiversity, social-ecological systems and sustainable diets. *Proceedings of the Nutrition Society*. 2014;73(4):498-508.
21. Lawrence MA, Baker PI, Pulker CE, Pollard CM. Sustainable, resilient food systems for healthy diets: the transformation agenda. *Public Health Nutrition*. 2019:1-5.

22. Hammond RA, Dubé L. A systems science perspective and transdisciplinary models for food and nutrition security. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 2012;109(31):12356-63.
23. FAO. Plates, pyramids, planet: Developments in national healthy and sustainable dietary guidelines: a state of play assessment. In: Food and Agriculture Organization of the United Nations, editor.: Food and Agriculture Organization of the United Nations, The Food Climate Research Network at The University of Oxford,; 2016.
24. Montagnese C, Santarpia L, Buonifacio M, Nardelli A, Caldara AR, Silvestri E, Contaldo F, Pasanisi F. European food-based dietary guidelines: A comparison and update. *Nutrition*. 2015;31(7-8):908-15.
25. Rizk MT, Treat TA. Perceptions of food healthiness among free-living women. *Appetite*. 2015;95:390-8.
26. Gussow JD, Clancy KL. Dietary guidelines for sustainability. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 1986;18(1):1-5.
27. Sachs I. Estratégias de transição para o século XXI - desenvolvimento e meio ambiente. São Paulo: Nobel; 1993.
28. Change I-IPoC. Climate Change and Land. IPCC; 2019.
29. FAO. Food-based dietary guidelines: FAO; 2017 [cited 2016 02 mar]. Available from: <http://www.fao.org/nutrition/education/food-based-dietary-guidelines/en/>.
30. Hsieh H-F, Shannon SE. Three Approaches to Qualitative Content Analysis. *Qualitative Health Research*. 2005;15(9):1277-88.
31. Rother ET. Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paul Enferm*. 2007;20:v-vi.
32. World Health Organization. Global Status Report on noncommunicable diseases 2010. Geneva: World Health Organization; 2010. p. 176.
33. World Health Organization. Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. World Health Organization; 2004. p. 21.
34. Paquette MC. Perceptions of healthy eating: State of knowledge and research gaps. *Can J Public Health*. 2005;96(SUPPL. 3):S15-S9.
35. Sobhani SR, Rezazadeh A, Omidvar N, Eini-Zinab H. Healthy diet: a step toward a sustainable diet by reducing water footprint. *Journal of the Science of Food and Agriculture*. 2019;99(8):3769-75.
36. Willett W, Rockström J, Loken B, Springmann M, Lang T, Vermeulen S, Garnett T, Tilman D, DeClerck F, Wood A, Jonell M, Clark M, Gordon LJ, Fanzo J, Hawkes C, Zurayk R, Rivera JA, De Vries W, Majele Sibanda L, Afshin A, Chaudhary A, Herrero M, Agustina R, Branca F, Lartey A, Fan S, Crona B, Fox E, Bignet V, Troell M, Lindahl T, Singh S, Cornell SE, Srinath Reddy K, Narain S, Nishtar S, Murray CJL. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*. 2019;393(10170):447-92.
37. Organization WH. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases/ Report of a joint WHO/FAO expert consultation. WHO Technical Report Series 916. 2003.
38. World Health Organization. Healthy diet 2015 [cited 2017 28/03]. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/en/>.
39. Scapin T, Fernandes AC, Proença RPdC. Added sugars: Definitions, classifications, metabolism and health implications. *Revista de Nutrição*. 2017;30:663-77.
40. Belloir C, Neiers F, Briand L. Sweeteners and sweetness enhancers. *Current opinion in clinical nutrition and metabolic care*. 2017;20(4):279-85.
41. Popkin BM. Relationship between shifts in food system dynamics and acceleration of the global nutrition transition. *Nutrition Reviews*. 2017;75(2):73-82.

42. Rose D, Heller MC, Roberto CA. Position of the Society for Nutrition Education and Behavior: The Importance of Including Environmental Sustainability in Dietary Guidance. *J Nutr Educ Behav.* 2019;51(1):3-15.e1.
43. Altieri MA, Nicholls CI, Henao A, Lana MA. Agroecology and the design of climate change-resilient farming systems. *Agronomy for Sustainable Development.* 2015;35(3):869-90.
44. Brasil. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. In: Básica. MdSSdAàSDdA, editor. 2012. p. 84.
45. Kinupp VF, de BARROS IBI. Teores de proteína e minerais de espécies nativas, potenciais hortaliças e frutas. *Ciência e Tecnologia de Alimentos.* 2008;28(4):846-57.
46. Hunter D, Borelli T, Beltrame DMO, Oliveira CNS, Coradin L, Wasike VW, Wasilwa L, Mwai J, Manjella A, Samarasinghe GWL, Madhujith T, Nadeeshani HVH, Tan A, Ay ST, Güzelsoy N, Lauridsen N, Gee E, Tartanac F. The potential of neglected and underutilized species for improving diets and nutrition. *Planta.* 2019;250(3):709-29.
47. Gliessman SR. Agroecologia: processos ecológicos em agricultura sustentável: Ed. da Univ. Federal do Rio Grande do Sul, UFRGS; 2001.
48. ONU. Transformando Nosso Mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável. In: Organização das Nações Unidas, editor. 2015.
49. Cavalli SB. Segurança alimentar: a abordagem dos alimentos transgênicos. *Rev Nutr.* 2001;14(supl):41-6.
50. Bonny S. Genetically Modified Herbicide-Tolerant Crops, Weeds, and Herbicides: Overview and Impact. *Environmental management.* 2016;57(1):31-48.
51. Almeida VESd, Friedrich K, Tygel AF, Melgarejo L, Carneiro FF. Use of genetically modified crops and pesticides in Brazil: growing hazards. *Ciência & Saúde Coletiva.* 2017;22:3333-9.
52. Sustain. The Sustain Guide to Good Food. In: Sustain, editor. London: Sustain; 2013.
53. Béné C, Oosterveer P, Lamotte L, Brouwer ID, de Haan S, Prager SD, Talsma EF, Khoury CK. When food systems meet sustainability – Current narratives and implications for actions. *World Development.* 2019;113:116-30.
54. Maluf RS, Burlandy L, Santarelli M, Schottz V, Speranza JS. Nutrition-sensitive agriculture and the promotion of food and nutrition sovereignty and security in Brazil. *Ciência & Saúde Coletiva.* 2015;20:2303-12.
55. von Koerber K, Bader N, Leitzmann C. Wholesome Nutrition: an example for a sustainable diet. *The Proceedings of the Nutrition Society.* 2017;76(1):34-41.
56. Hallström E, Carlsson-Kanyama A, Börjesson P. Environmental impact of dietary change: a systematic review. *J Clean Prod.* 2015;9.
57. Proença RPdC, Sousa AAd, Veiros MB, Hering B. Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. *Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições: UFSC; 2005.*
58. Slow Food. Slow Food's Contribution to the Debate on the Sustainability of the Food System. 2013.
59. Brasil. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. In: Ministério da Saúde, editor. Brasília: Ministério da Saúde; 2006. p. 210.
60. Fabri RK, Proença RPC, Martinelli SS, Cavalli SB. Regional foods in Brazilian school meals. *British Food Journal.* 2015;117(6):1706-19.
61. Montanari M. Food is culture: Columbia University Press; 2006.
62. Brillat-Savarin J-A. A fisiologia do gosto. São Paulo: Cia das Letras; 1995.
63. Skerrett PJ, Willett WC. Essentials of Healthy Eating: A Guide. *Journal of Midwifery & Women's Health.* 2010;55(6):492-501.

64. Ronteltap A, Sijtsema SJ, Dagevos H, de Winter MA. Construal levels of healthy eating. Exploring consumers' interpretation of health in the food context. *Appetite*. 2012;59(2):333-40.
65. Buckton CH, Lean MEJ, Combet E. 'Language is the source of misunderstandings'- impact of terminology on public perceptions of health promotion messages. *BMC public health*. 2015.
66. King JC. An evidence-based approach for establishing dietary guidelines. *The Journal of nutrition*. 2007;137(2):480-3.
67. Lairon D. Biodiversity and sustainable nutrition with a food-based approach. In: Burlingame B, Dernini, S, editor. *Sustainable Diets and Biodiversity*. Rome: FAO; 2012.
68. Perignon M, Sinfort C, El Ati J, Traissac P, Drogué S, Darmon N, Amiot M-J, Amiot MJ, Achir N, Alouane L, El Ati J, Bellagha S, Bosc PM, Broin M, Darmon N, Dhuique-Meyer C, Dop MC, Drogué S, Dury S, Ferchoui A, Gaillard C, Ghrabi Z, Jacquet F, Kameli Y, Kefi F, Khamassi F, Kesse-Guyot E, Lairon D, Martin-Prevel Y, Méjean C, Mouquet C, Njoumi S, Padilla M, Perignon M, Sinfort C, Traissac P, Verger EO. How to meet nutritional recommendations and reduce diet environmental impact in the Mediterranean region? An optimization study to identify more sustainable diets in Tunisia. *Global Food Security*. 2019;23:227-35.
69. Girardi MW, Fabri RK, Bianchini VU, Martinelli SS, Cavalli SB. Oferta de preparações culinárias e alimentos regionais e da sociobiodiversidade na alimentação escolar: um estudo na Região Sul do Brasil. *Segurança Alimentar e Nutricional*. 2018;25(3):29-44.
70. Grisa C, Schmitt CJ, Mattei LF, Maluf RS, Leite SP. Contribuições do Programa de Aquisição de Alimentos à segurança alimentar e nutricional e à criação de mercados para a agricultura familiar. *Agriculturas, Rio de Janeiro*. 2011;8(3):34-41.
71. ILEIA. Fortalecendo a Agricultura Familiar. ILEIA - Centre for learning on sustainable agriculture e RedeAgriCulturas, 2014.
72. Aschemann-Witzel J. Consumer perception and trends about health and sustainability: trade-offs and synergies of two pivotal issues. *Current Opinion in Food Science*. 2015;3:6-10.
73. Macdiarmid JI. Is a healthy diet an environmentally sustainable diet? *The Proceedings of the Nutrition Society*. 2013;72.
74. Macdiarmid JI, Kyle J, Horgan GW, Loe J, Fyfe C, Johnstone A, McNeill G. Sustainable diets for the future: can we contribute to reducing greenhouse gas emissions by eating a healthy diet? *Am J Clin Nutr*. 2012;96.
75. Terrazzan P, Valarini PJ. Situação do mercado de produtos orgânicos e as formas de comercialização no Brasil. *Informações Econômicas*. 2009;39(11):27-40.
76. Pieniak Z, Verbeke W, Vanhonacker F, Guerrero L, Hersleth M. Association between traditional food consumption and motives for food choice in six European countries. *Appetite*. 2009;53(1):101-8.
77. Oliveira MSdS, Santos LA. Guias alimentares para a população brasileira: Uma análise a partir das dimensões culturais e sociais da alimentação. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2018.
78. Brasil. Guia Alimentar para a população brasileira. In: Ministério da saúde, Secretaria de atenção à saúde, editors. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. p. 156.
79. Martinelli SS, Cavalli SB. Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2019;24(11):4251-62.
80. Castro IRRd. Challenges and perspectives for the promotion of adequate and healthy food in Brazil. *Cad Saúde Pública*. 2015;31:07-9.
81. HCWH. Healthy Food in Health Care Pledge. In: *Healthy Food in Health Care*, editor. 2016.
82. Brasil. III Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Por um Desenvolvimento Sustentável com Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Texto de

referência da II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. In: Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, editor. Fortaleza: CONSEA; 2007. p. 89.

83. Healy N, Joram E, Matvienko O, Woolf S, Kneiting K. Impact of an intuitive eating education program on high school students' eating attitudes. *Health Educ.* 2015;115(2):214-28.

## 4.2 ARTIGO 2

Esse manuscrito apresenta os resultados da segunda etapa da presente tese. As citações das recomendações foram mantidas na língua inglesa já que o manuscrito será submetido a um periódico nesse idioma.

### **Abordagem simbólica e sustentável em guias alimentares internacionais**

**Resumo:** Os Guias alimentares são instrumentos criados para auxiliar as populações em suas escolhas alimentares, sendo desenvolvidos por diversos países de acordo com a realidade e especificidades dos mesmos. O objetivo foi analisar a presença e a abordagem de aspectos simbólicos e sustentáveis nas mensagens de guias alimentares de 90 países, disponibilizadas pela FAO. A coleta de dados foi realizada em 2019 e as mensagens foram analisadas por meio de análise de conteúdo com auxílio do software Nvivo 11.0. Das 1981 mensagens codificadas, observou-se que 3,23% e 3,13% eram recomendações simbólicas e sustentáveis, respectivamente, e estiveram presentes em menos de um terço dos guias alimentares. A maioria das questões sustentáveis estava relacionada a recomendações sobre alimentos naturais ou frescos (24 recomendações, 17 guias). Enquanto questões simbólicas estavam relacionadas principalmente com a valorização da cultura e do ato de cozinhar (24 recomendações, 11 guias). As orientações eram expostas em sua maioria de maneira propositiva, como estímulo ao consumo. Em menor proporção foram observadas orientações explicativas, onde o texto mencionava a importância e a justificativa da realização da ação incentivada. Para avançar na garantia de uma alimentação saudável e sustentável, os guias alimentares precisam inserir aspectos simbólicos e sustentáveis em suas recomendações, priorizando formas explicativas e holísticas que situem o leitor nos motivos para mudanças da alimentação que ultrapassem a perspectiva nutricional.

### **Introdução**

A alimentação da população em diversas regiões do mundo, principalmente ocidental, tem se caracterizado por modificações nos padrões de produção (UNITED KINGDOM, 2011; ETIÉVANT, 2012) e consumo de alimentos (FAO, 2012; IMAMURA; MICHA; KHATIBZADEH et al., 2015; POPKIN, 2015), levando a uma padronização das práticas alimentares contemporâneas. Observa-se um elevado consumo de alimentos industrializados com altos teores de açúcares, gorduras (principalmente saturada e trans) e sódio (POPKIN,

2006; WHO, 2013; POPKIN, 2015; WHO, 2015) bem como de alimentos com grandes quantidades de resíduos de agrotóxicos (FAO, 2012; JOHNSTON; FANZO; COGILL, 2014) e geneticamente modificados (CORTESE; MARTINELLI; FABRI et al., 2018). Esse processo tem levado a uma descaracterização da alimentação tradicional, perda da diversidade cultural e padronização dos hábitos alimentares (POULAIN, 2012; CASTRO, 2015; POPKIN, 2017), resultando em uma dieta composta basicamente dos mesmos alimentos.

O modelo atual de produção de alimentos não é saudável e nem sustentável e traz impactos negativos para a tradição e cultura alimentar. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 28 países possuem índices de obesidade da população superiores a 30%. O sobrepeso afeta mais de 60% da população em aproximadamente 40 países e entre 40 a 60% da população em aproximadamente 70 países. As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis por 60% das mortes no mundo e 72% das mortes no Brasil (WHO, 2014). Ao mesmo tempo, mudanças climáticas globais são um dos problemas mais urgentes e atuais (FAO, 2012; LANG, 2012).

Desse modo, as escolhas alimentares tem importante impacto na saúde e ambiente. Mudanças individuais na dieta podem ter grande potencial para influenciar a demanda por determinados alimentos e reduzir a pressão sobre o sistema alimentar global (RILEY; BUTTRISS, 2011; AUESTAD; FULGONI, 2015). Portanto, estratégias para promover alimentação saudável e sustentável são urgentes e devem envolver todos os setores da sociedade e o sistema alimentar (LANG, 2012; 2015).

Embora a importância de incorporar a discussão sobre sustentabilidade nas recomendações dietéticas já tenha sido apontada por Gussow e Clancy em 1986 (GUSSOW; CLANCY, 1986), poucos países parecem estar realmente pensando em mudanças no sistema alimentar como uma prioridade para promover a alimentação saudável (HAWKES; POPKIN, 2015; POPKIN, 2015). Fard e Rock (2018) argumentam que a abordagem reducionista utilizada pela ciência da nutrição resultou em extremismo e foco nutricional, distanciando a população da origem e da história da alimentação e favorecendo o consumo de alimentos ultraprocessados.

Em consonância, Rose, Heller e Roberto (2019) apontam para a importância de incluir aspectos sustentáveis nas diretrizes nacionais de saúde (ROSE; HELLER; ROBERTO, 2019). E, segundo Fardet e Rock, o desenvolvimento de sistemas alimentares sustentáveis depende do retorno a abordagens mais holísticas, reconhecendo a interconexão entre humanos, animais e o meio ambiente (FARDET; ROCK, 2018). Assim, fica clara a necessidade de recomendações alimentares que incorporem aspectos simbólicos e sustentáveis aos aspectos

nutricionais já existentes (FAO, 2012; GIL; RUIZ-LÓPEZ; FERNÁNDEZ-GONZÁLEZ et al., 2015).

Os guias alimentares consistem em instrumentos oficiais que definem as diretrizes a serem usadas para orientar as escolhas alimentares saudáveis da população (FAO, 2016). Servem de base para a ação dos profissionais de saúde, ações em saúde pública e comunicação direta com a população (MARTINS; FREIRE, 2008). Assim, podem ser considerados instrumentos estratégicos para educação e promoção da alimentação saudável. Eles devem, portanto, servir como ferramentas de referência para instituições de saúde e profissionais, de modo que as diretrizes da população sejam consistentes com as preocupações atuais em relação à alimentação, saúde e meio ambiente (FREIRE; BALBO; AMADOR et al., 2012).

Alguns estudos já pontuaram diretrizes alimentares que incorporaram aspectos de sustentabilidade em suas recomendações. No entanto, não é claro metodologicamente como os guias alimentares foram analisados (FAO, 2016; ROSE; HELLER; ROBERTO, 2019). Além disso, não foi encontrado estudo que analisasse as principais mensagens de todos os guias alimentares disponibilizados pela FAO. Também não se sabe como os guias alimentares incorporam aspectos simbólicos em suas recomendações. Considerando os guias alimentares como uma importante ferramenta de comunicação direta ou indireta com a população por intermédio dos profissionais de saúde, procuramos identificar aspectos relacionados a questões sustentáveis e simbólicas nas principais recomendações de alimentos disponíveis nos Guias de Alimentação Saudável.

## **Método**

Foi realizada uma análise das principais mensagens de guias alimentares de diferentes países, selecionados a partir do banco de dados disponível no site da FAO (FAO, 2018). Esse fornece as diretrizes presentes nos guias alimentares de vários países no idioma inglês, permitindo a análise de um maior número de documentos (FAO, 2018). Desta forma, foram analisadas e denominadas de principais mensagens as diretrizes disponibilizadas pela FAO e não todo o conteúdo de cada guia alimentar.

As diretrizes dietéticas podem ser encontradas no site da FAO separadamente para cada país. Assim, as informações de cada guia alimentar foram acessadas uma a uma e extraídos os dados referentes à: país de origem, divisão geográfica, ano de publicação e diretrizes/mensagens dietéticas. A coleta de dados foi realizada no ano de 2018.

A unidade de análise consistiu de palavras e frases presentes nas diretrizes alimentares, cujo conteúdo foi analisado qualitativamente através da técnica de análise de conteúdo segundo Bardin (BARDIN, 2010), utilizando o software Nvivo 11.0. Desse modo, uma diretriz presente no guia podia conter uma ou mais unidade de análise, classificadas em um ou mais códigos e categorias. As unidades de análise após categorização foram denominadas de referências, conforme software Nvivo, e consistiam nas recomendações/mensagens presentes nos guias. As categorias e os códigos de pré-análise foram desenvolvidos a partir de um modelo misto, ou seja, foram criados a priori e poderiam ser modificados, se necessário. A criação das categorias de pré-análise e respectivos códigos baseou-se na literatura e nos objetivos da pesquisa, considerando a promoção da alimentação saudável associada a aspectos nutricionais, simbólicos e sustentáveis. A abordagem contendo a literatura que embasou a criação de cada categoria pode ser observada em Fabri e colaboradores (2020) (dados não publicados). As categorias ficaram divididas em três grupos: essencialmente nutricionais, essencialmente simbólicas e essencialmente sustentáveis. As recomendações que não abordaram nenhum desses três grupos foram classificadas como Outras recomendações.

Além das categorias que emergiram da classificação das recomendações segundo aspectos Essencialmente Nutricionais, Simbólicas, Sustentáveis e Outras, observou-se que o conteúdo das recomendações tinha abordagem comum. Desse modo, os códigos foram agrupados não somente conforme o conteúdo nutricional, sustentável e simbólico, mas também conforme a abordagem das recomendações. As recomendações sustentáveis e simbólicas estimulavam o consumo de alimentos ou a valorização de determinados aspectos dos alimentos, refeições e ambiente, sendo denominadas de Orientações positivas e/ou propositivas (por propor alternativas ao consumo). Ainda, traziam explicações, justificativas para as recomendações apresentadas sendo esse grupo de recomendações denominado de Orientações explicativas.

Foram contabilizados os códigos (ou categorias) agrupados em cada categoria analisada. Os dados numéricos foram analisados na forma de frequência simples (BARDIN, 2010), distribuídos por categorias e códigos de análise e por guia alimentar. Dentro de cada categoria emergiram subcategorias que poderiam ser classificadas em mais de um dos grupos, de acordo com seu conteúdo.

Visando analisar o enfoque dos guias alimentares será apresentado a frequência de aparecimento das mensagens dos grupos de recomendações “essencialmente nutricionais” e “outras” e a abordagem geral das mensagens desses grupos. Como o foco do estudo foi avaliar as recomendações sustentáveis e simbólicas, estas são apresentadas aprofundando-se as

categorias, a origem do guia (país e continente) e a frequência de aparecimento das mensagens nos guias.

## Resultados

Foram identificados guias alimentares de 90 países de diferentes regiões geográficas, agrupados pela FAO em países pertencentes a América Latina e Caribe, Europa, Ásia, África e Oriente Médio. O continente Europeu foi aquele com maior número de guias, representando 36,7% (n=33), seguido da América Latina e Caribe (n=28; 31,1%) e Ásia (n=18; 20%). Somente sete países da África e 4 do Oriente Médio possuíam guias alimentares.

A Tabela 1 mostra o número de recomendações categorizadas. A análise das 1981 mensagens presentes nos 90 guias indicou que aproximadamente 74,0% eram recomendações classificadas como ‘Essencialmente nutricionais’. Recomendações simbólicas e sustentáveis representaram 3,23% e 3,13% das recomendações dos guias e estiveram presentes em 22 e 30 guias alimentares, respectivamente.

Tabela 1 – Percentual de mensagens de promoção da alimentação saudável classificadas como essencialmente nutricionais, simbólicas, sustentáveis ou outras, presentes em guias alimentares de diversos países disponibilizados pela FAO<sup>1</sup>

Classificação das recomendações	Mensagens/ Recomendação (N=1981)		Guias (N=90)	
	N	%	N	%
Essencialmente Nutricional	1464	73,94	90	100
Essencialmente Sustentável	62	3,13	30	33,33
Essencialmente Simbólica	65	3,23	22	24,44
Outras	390	19,70	88	97,7

Principais mensagens presentes nos guias alimentares disponíveis em:  
<http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/regions/countries/>

Fonte: Elaborado pelos autores (2019).

Todos os guias alimentares apresentaram recomendações classificadas como Essencialmente nutricionais e 88 guias apresentaram recomendações classificadas como Outras recomendações. Os códigos gerados nesses grupos são apresentados na tabela 2.

Tabela 2: Categorias e número de recomendações classificadas como Essencialmente nutricionais e Outras recomendações

Recomendações Essencialmente Nutricionais	N Referências/ Recomendações	Outras recomendações	n Referências/ Recomendações
Gordura - <i>Controle no consumo de gorduras em geral, gordura saturada, seleção de alimentos com menos quantidade de gordura</i>	163	Atividade física - <i>Orientações gerais e específicas quanto ao tempo e tipo de atividade</i>	74
Sal - <i>Controle no uso de sal e alimentos com grande quantidade de sal/sódio e seleção de alimentos com menos quantidade de sal/sódio</i>	162	Orientações relacionadas a higiene - <i>Orientações para Preparo, na seleção e armazenamento de alimentos</i>	71
Vegetais e frutas - <i>Incentivo ao consumo de vegetais e frutas em quantidade e variedade</i>	156	Consumo de água e outros líquidos - <i>Orientações gerais e específicas quanto a quantidade a ser consumida</i>	66
Carnes - <i>Incentivo ao consumo de carnes magras, controle no consumo de carnes gordurosas</i>	124	Peso corporal - <i>Manutenção de peso adequado e saudável e controle de peso</i>	64
Açúcar <i>Controle no consumo de açúcar e de alimentos e bebidas com grande quantidade de açúcar e seleção de alimentos com menos açúcar</i>	128	Consumo de bebida alcoólica	48
Leites - <i>Incentivo ao consumo de laticínios em geral e baixo teor de gordura</i>	93	Aleitamento materno	31
Alimentação variada - <i>Incentivo ao consumo de diferentes tipos de alimentos e grupos de alimentos</i>	92	Diferentes grupos populacionais	11
Peixes - <i>Incentivo ao consumo de peixes</i>	77	Alimentação complementar	9
Recomendações gerais sobre alimentação - <i>Dieta saudável, dieta balanceada e/ou equilibrada</i>	59	Cuidado da saúde e prevenção de doença (não associada a alimentos)	0
Fibras - <i>Incentivo ao consumo de alimentos integrais e de alimentos rico em fibras</i>	57	Orientações quanto ao uso de recursos financeiros	4
Óleo - <i>Controle no consumo de óleo e consumo de óleos vegetais</i>	57	Orientações quanto ao fumo	3
Cereais e amiláceos	56		

<i>-Incentivo ao consumo</i>		
Outros grupos de alimentos	45	
Leguminosas	38	
<i>-Incentivo ao consumo</i>		
Ovos	36	
<i>-Incentivo ao consumo</i>		
Processamento de alimentos	32	
Nutrientes	30	
<i>-Incentivo consumo de proteína, carboidrato, cálcio, ferro, dentre outros</i>		
Refeições	23	
<i>-Horário, número e tipo de refeições</i>		
Calorias	18	
Rotulagem de alimentos	18	
<i>-leitura de informação nutricional</i>		
N Total recomendações	1464	390

Fonte: elaborado pelo autor (2019)

As recomendações nutricionais versavam principalmente sobre o consumo ou controle no consumo de determinados alimentos, grupos de alimentos e nutrientes. As cinco primeiras categorias de recomendações representaram 50% do total de recomendações, sendo essas recomendações sobre o consumo de gordura, sal, vegetais e frutas, carnes e açúcar.

Dentre as recomendações classificadas como Outras recomendações, as categorias mais frequentes representaram 70% dessas recomendações, sendo essas relacionadas a: prática de atividade física; práticas adequadas de higiene; consumo de água e orientações sobre o peso.

Em relação as recomendações contendo aspectos sustentáveis e simbólicos, dos 90 guias alimentares somente 40 (44,4%) apresentava alguma mensagem classificada como sustentável ou simbólica. Na tabela 3 são apresentadas as categorias de recomendações classificadas como essencialmente sustentáveis e simbólicas e o número dessas recomendações de acordo com cada país.

Dos 40 guias que continham recomendações sustentáveis e/ou simbólicas, 30 guias (33,3%) apresentaram alguma mensagem com abordagem considerando aspectos de sustentabilidade e 22 guias (24,5%) mencionaram algum aspecto classificado como simbólico. Esses guias representavam 57% (n=16) do total de guias da América e Caribe, 45% (n=15) dos guias europeus, 22% (n=4) dos guias asiáticos, 28,5% (n=3) dos guias da África e 50%(n=2) dos guias do Oriente Médio. Desses os guias que apresentaram somente recomendações contendo aspectos simbólicos foram: Argentina, Canada, Guatemala e San Vicente e Grenadines na América e Caribe; Benin na África; Bulgary, Cyprus, Germany, Romania e The

Yugoslav Republic of Macedonia na Europa. Já os guias que apresentaram somente mensagens contemplando aspectos de sustentabilidade foram: Belize, Colombia, Chile, El Salvador, Cuba, Panamá, Uruguai, na América e Caribe; Nigéria na África; Fiji e Sri Lanka na Ásia; Albania, Austria, Croácia, Geórgia, Grécia, Letônia, Portugal na Europa e Líbano no Oriente Médio.

A partir das recomendações dos guias emergiram cinco categorias de recomendações classificadas como sustentáveis e três categorias de recomendações classificadas como simbólicas.

A maioria das questões sustentáveis estava relacionada a recomendações sobre Alimentos Naturais ou Frescos (24 recomendações, 17 guias alimentares). Enquanto questões simbólicas estavam relacionadas principalmente com a Valorização da cultura e do ato de cozinhar (24 recomendações, 11 guias). Por outro lado, recomendações classificadas na categoria *Valorização de alimentos orgânicos, agroecológicos e ambientalmente sustentáveis (Essencialmente sustentável)* estavam presentes somente no guia brasileiro (3 referências) e no guia do Qatar (1 referência). A segunda categoria com o menor número de recomendações foi *Respect Seasonality (Essencialmente sustentável)*, com um total de nove recomendações feita por sete países. Já as recomendações para dietas baseadas em alimentos de origem vegetal estavam presentes em um número menor de guias (n=6), porém eram mais frequentes (11 referências).

Tabela 3: Recomendações classificadas como essencialmente sustentáveis e simbólicas e suas categorias, de acordo com o continente e país.

Países	Recomendações essencialmente sustentáveis						Recomendações essencialmente simbólicas			Total	
	Consumo de alimentos frescos e/ou naturais(n)	Valorização dos alimentos locais (n)	Respeito a sazonalidade (n)	Dieta baseada em vegetais (n)	Valorização de alimentos orgânicos, agroecológicos e ambientalmente sustentáveis (n)	Total (n)	Valorização da cultura alimentar, do alimento tradicional e do ato de cozinhar (n)	Valorização do local, ambiente e horário das refeições (n)	Valorização das refeições (n)		Total (n)
Argentina	-	-	-	-	-	0	-	-	1	1	1
Belize	1	-	-	1	-	2	-	-	-	0	2
Brazil	2	1	1	5	3	12	7	9	5	21	34
Canadá	-	-	-	-	-	0	-	-	1	1	1
Colombia	3	-	-	-	-	3	-	-	-	0	3
Chile	1	-	-	-	-	1	-	-	-	0	1
Costa Rica	1	-	-	-	-	1	1	1	1	3	4
Cuba	1	-	-	-	-	1	-	-	-	0	1
El Salvador	2	-	-	-	-	2	-	-	-	0	2
Guatemala	-	-	-	-	-	0	1	-	-	1	1
México	1	-	1	-	-	2	-	1	2	3	5
Panamá	2	-	-	-	-	2	-	-	-	0	2
Paraguay	-	-	3	-	-	3	3	-	1	4	7
Uruguay	-	-	1	-	-	1	-	-	-	0	1
Saint Vincent	-	-	-	-	-	0	1	-	-	1	1
Venezuela	-	-	-	2	-	2	-	-	1	1	3
<b>Total</b>	14	1	6	8	3	32	13	11	12	36	68
Benin	-	-	-	-	-	0	5	-	-	5	5
Kenia	1	-	-	-	-	1	2	-	-	2	3
Nigeria	-	1	1	-	-	2	-	-	-	0	2
<b>Total</b>	1	1	1	0	0	3	7	0	0	7	10
Fiji	-	3	-	-	-	3	-	-	-	0	3
Japan	-	1	-	-	-	1	1	-	1	2	3
Nepal	-	1	-	-	-	1	1	-	-	1	2
Sri Lanka	1	-	-	-	-	1	-	-	-	0	1
<b>Total</b>	1	5	0	0	0	6	2	0	1	3	9

Tabela 3: Recomendações classificadas como essencialmente sustentáveis e simbólicas e suas categorias, de acordo com o continente e país.

Países	Essentially Sustainable Recommendations					Total (n)	Essentially Symbolic Recommendations			Total (n)	Total (N)
	<i>Consumo de alimentos frescos e/ou naturais (n)</i>	<i>Valorização dos alimentos locais (n)</i>	<i>Respeito a sazonalidade (n)</i>	<i>Dieta baseada em vegetais (n)</i>	<i>Valorização de alimentos orgânicos, agroecológicos e ambientalmente sustentáveis (n)</i>		<i>Valorização da cultura alimentar, do alimento tradicional e do ato de cozinhar (n)</i>	<i>Valorização do local, ambiente e horário das refeições (n)</i>	<i>Valorização das refeições (n)</i>		
Albania	1	1	-	-	-	2	-	-	-	0	2
Austria	-	2	1	-	-	3	-	-	-	0	3
Bulgary	-	-	-	-	-	0	-	2	1	3	3
Croatia	1	-	-	-	-	1	-	-	-	0	1
Cyprus	-	-	-	-	-	0	1	-	-	1	1
Georgia	-	1	-	1	-	2	-	-	-	0	2
Germany	-	-	-	-	-	0	-	1	1	2	2
Greece	-	1	-	-	-	1	-	-	-	0	1
Hungary	1	-	-	-	-	1	-	2	-	2	3
Ireland	3	-	-	-	-	3	1	5	-	6	9
Latvia	1	1	-	-	-	2	-	-	-	0	2
Romania	-	-	-	-	-	0	-	-	1	1	1
Portugal	-	-	1	-	-	1	-	-	-	0	1
The Yugoslav Republic of Macedonia	-	-	-	-	-	0	-	2	-	2	2
Slovenia	1	1	-	1	-	3	-	-	1	1	4
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>18</b>	<b>37</b>
<b>Oriente Médio</b>											
Libano	-	-	-	1	-	1	-	-	-	0	1
Qatar	-	-	-	-	1	1	-	-	1	1	2
<b>Total</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
<b>Total categoria</b>	<b>24</b>	<b>14</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>62</b>	<b>24</b>	<b>23</b>	<b>18</b>	<b>65</b>	<b>127</b>

Fonte: Elaborado pelas autoras (2019)

Observa-se na tabela 2 que, do total dos guias que continham alguma mensagem simbólica e/ou sustentável (n=40), 50% possuíam mensagens (uma ou mais) classificadas somente em uma das oito categorias emergentes. Outros 35% dos guias possuíam recomendações (uma ou mais) que englobavam somente duas das oito categorias emergentes. Somente seis dos 40 guias alimentares apresentaram uma abordagem mais variadas englobando diferentes aspectos sustentáveis e simbólicos, sendo esses os guias da Irlanda, Paraguai, Eslovênia, Costa Rica, México e Brasil.

O Brasil foi o país que mais apresentou recomendações sustentáveis (n=12) e simbólicas (n=22) totalizando 34 recomendações distribuídas em oito categorias. Ressalta-se que dentre os países da América Latina, somente o Brasil apresentou recomendação para a categoria *Valorização dos alimentos locais*. O Paraguai foi segundo país com maior número de recomendações na América Latina (n=7), agrupadas em três diferentes categorias. México e Costa Rica apresentaram em seus guias mensagens classificadas em quatro das oito categorias emergentes. Na Europa, a Irlanda foi o país que mais considerou aspectos sustentáveis e simbólicos no seu guia (n=9), porém estas estavam distribuídas somente em três das oito categorias e a maioria (5 recomendações) compôs a categoria *Valorização do local, ambiente e horário das refeições*. Nesse sentido, destaca-se o guia da Eslovênia no continente Europeu que, apesar de apresentar um menor número de recomendações, essas foram classificadas em 4 categorias.

As recomendações sustentáveis e simbólicas denominadas de Orientações positivas e/ou propositivas ou de Orientações explicativas podem ser observadas no Quadro 2.

Quadro 2 – Categorias e respectivos códigos e fontes Essencialmente sustentáveis e Essencialmente simbólicas, agrupados conforme abordagem.

Recomendações Essencialmente sustentáveis	<i>Orientações positivas ou propositivas</i>		<i>Orientações explicativas</i>		
	<b>Categoria</b>	<b>Código</b>	<b>Fonte</b>	<b>Código</b>	<b>Fonte</b>
<i>Consumo de alimentos frescos e/ou naturais</i>	Incentivo ao consumo de vegetais e frutas frescos	<i>Eat fresh vegetables and fruits (Chile).</i>	<i>Eat a variety of vegetables and fruits, preferably fresh (Slovenia).</i>	Relação vegetais frescos e melhoria da digestão	<i>To improve your digestion [...] include [...] and fresh vegetables in each of your meals (Colombia).</i>
	Incentivo ao uso de alimentos naturais	<i>Cooking natural or minimally processed foods (Brazil).</i>	<i>Eat naturally occurring foods in preference to processed foods (Sri Lank).</i>	Relação vegetais frescos e prevenção de doenças cardíacas	<i>To improve [...] and prevent heart disease include [...] and fresh vegetables in each of your meals (Colombia).</i>
			<i>Eat natural [...] (Colombia)</i>		
	Incentivo ao uso de temperos naturais	<i>Use natural seasonings in food preparation (Belize).</i>	<i>Use natural seasonings such as garlic, onion, coriander, parsley, spring onions, oregano and pepper (Panama).</i>	Relação dieta saudável e consumo de alimentos naturais	<i>A diet is healthy when it is varied, hygienic and natural (Costa Rica).</i>
			<i>Try other flavorings instead such as herbs, spices, pepper, garlic or lemon juice (Ireland).</i>		
	Incentivo ao consumo e uso de alimentos frescos em geral	<i>Have fresh foods as much as possible (Ireland).</i>	<i>Try to choose local and fresh products (Latvia).</i>		
	Incentivo ao consumo de laticínios frescos	<i>Drink fresh milk, fermented milk or yoghurt every day (Kenia).</i>			

Quadro 2 – Categorias e respectivos códigos e fontes Essencialmente sustentáveis e Essencialmente simbólicas, agrupados conforme abordagem.

Essencialmente sustentáveis	Orientações positivas ou propositivas		Orientações explicativas	
Categoria	Código	Fonte	Código	Fonte
Valorização dos alimentos locais	Optar por vegetais e frutas produzidos localmente	<i>Consider seasonal and regional availability when selecting fruits and vegetables (Austria).</i>  <i>Eat a variety of fruits and vegetables [...] preferably fresh and of local origin (Georgia).</i>	Não houve recomendações classificadas nesse grupo	
	Incentivo ao consumo local (em geral)	<i>Go local!(Fiji)</i>  <i>Consume locally available traditional foods [...] (Nepal)</i>		
	Optar por peixes de águas locais	<i>Prefer high-fat fish such as mackerel, salmon, tuna and herring or local cold water fish such as river trout (Austria).</i>		
	Incentivo ao consumo de laticínios locais	<i>The diet should contain as wide a variety of foods as possible, e.g. [...], local cheese (wara) (Nigeria).</i>		
	Incentivo ao cultivo de alimentos	<i>Grow your own food (Fiji)</i>		
	Incentivo ao consumo de vegetais selvagens	<i>Eat six servings of vegetables (including wild greens) daily (Greek)</i>		
Dieta baseada em vegetais	Preferir alimentos de origem vegetal	<i>Eat a variety of foods originating mainly from plants, rather than animals (Slovenia)</i>  <i>Eat a balanced diet based primarily on plant foods and not foods from animal origin (Georgia)</i>	Relação alimentos de origem vegetal e sustentabilidade ambiental	<i>Natural or minimally processed foods, in great variety, and mainly of plant origin, are the basis for diets that are [...] environmentally sustainable food systems (Brazil).</i>
			Relação alimentos de origem vegetal e sustentabilidade social	<i>Natural or minimally processed foods, in great variety, and mainly of plant origin, are the basis for diets [...] culturally appropriate, and supportive of socially [...] food systems (Brazil).</i>
			Relação alimentos de origem vegetal e equilíbrio nutricional	<i>Natural or minimally processed foods, in great variety, and mainly of plant origin, are the basis for diets that are nutritionally balanced [...]</i>
			Incentivo ao consumo de dieta a base de vegetais como fonte de fibras	<i>Get the fibre that your body needs from plant foods on a daily basis (Venezuela).</i>

Quadro 2 – Categorias e respectivos códigos e fontes Essencialmente sustentáveis e Essencialmente simbólicas, agrupados conforme abordagem.

Essencialmente sustentáveis	<i>Orientações positivas ou propositivas</i>		<i>Orientações explicativas</i>	
Categoria	Código	Fonte	Código	Fonte
Respeito a sazonalidade	Optar por vegetais e frutas da época	<i>Eat seasonal fruits and vegetables in every meal (Uruguay).</i>  <i>Include vegetables and fresh fruits in each meal. Choose them with peel and in season (Mexico).</i>	Frutas sazonais como fonte de vitaminas	<i>Eat three seasonal fruits daily because they have vitamins (Paraguay)</i>
	Seleção de alimentos conforme sazonalidade	<i>Eat a variety of foods [...] vary them daily, weekly and seasonally (Portugal)</i>	Frutas sazonais como fonte de fibras	<i>Eat three seasonal fruits daily because they have [...] and fiber (Paraguay)</i>
Valorização de alimentos orgânicos, agroecológicos e ambientalmente sustentáveis	Aquisição de alimentos orgânicos/ agroecológico	<i>Whenever possible, buy organic and agro-ecological based foods (Brazil).</i>	Relação alimentação saudável e proteção do ambiente	<i>Eat healthy while protecting the environment (Qatar)</i>
	Aquisição de orgânicos diretamente dos produtores	<i>Whenever possible, buy organic and agro-ecological based foods, preferably directly from the producers (Brazil).</i>	Relação consumo de alimentos e malefícios ao ambiente	<i>Their means of production, distribution, marketing, and consumption damage culture, social life, and the environment (Brazil).</i>
Recomendações Essencialmente simbólicas	<i>Orientações positivas ou propositivas</i>		<i>Orientações explicativas</i>	
	Código	Fonte	Código	Fonte
Valorização da cultura alimentar e do ato cozinhar	Incentivo ao consumo de alimentos tradicionais	<i>Consume locally available traditional foods (Nepal)</i>  <i>Take advantage of your dietary culture [...] (Japan)</i>	Relação alimentos tradicionais e saúde	<i>Traditional foods are generally better for your health than highly processed products (Benin)</i>
	Incentivo para cozinhar e compartilhar habilidades	<i>Prepare and cook your meals (Brazil)</i>  <i>If you have cooking skills [...] share them, especially with boys and girls (Brazil)</i>	Relação valorização da cultura alimentar e consumo de determinados alimentos	<i>Natural or minimally processed foods, in great variety, [...], are the basis for diets that are nutritionally balanced, delicious, culturally appropriate (Brazil)</i>
	Transmissão conhecimento culinário tradicional e habilidades	<i>[...]teach it (traditional cuisine) to your children [...] (Benin).</i>	Relação transmissão do conhecimento culinário e preservação da cultura	<i>teach it (traditional cuisine) to your children [...]and protect their health (Benin)</i>
	Preservação da culinária tradicional	<i>Preserve your traditional cuisine (Benin)</i>	Relação entre alimentos tradicionais e sabor	<i>Eat grains and legumes such as rice and beans [...] because they are delicious and nutritious. (Paraguay)</i>
	Incentivo ao consumo de dieta mediterrânea	<i>Consume a traditional Mediterranean diet with lots of legumes, fish, olive oil, fruits, vegetables and whole grains (Cyprus)</i>	Relação consumo de determinados alimentos e prejuízos a cultura alimentar	<i>Avoid consumption of ultra-processed foods [...]Their means of production, distribution, marketing, and consumption damage culture, [...] (Brasil)</i>
			Relação consumo de alimentos tradicionais e valor nutricional	<i>Eat [...] rice and beans because they are nutritious (Paraguai)</i>

Quadro 2 – Categorias e respectivos códigos e fontes Essencialmente sustentáveis e Essencialmente simbólicas, agrupados conforme abordagem.

Essencialmente simbólicas	Orientações positivas ou propositivas		Orientações explicativas	
Categoria	Código	Fonte	Código	Fonte
Valorização do local, ambiente e horário das refeições	Importância de dedicar tempo para aproveitar o momento das refeições	<i>Allow plenty of time for eating (Germany)</i>  <i>Take your time while eating (The for Yugoslav Republic of Macedonia)</i>	Relação do ambiente com consumo de alimentos	<i>Eat in clean, comfortable and quiet places, where there is no pressure to consume unlimited amounts of food (Brazil)</i>  <i>Eating while watching TV or the computer screen distracts you from the amount of food you eat and you may end up eating more than you need (Ireland)</i>
	Consumo de refeições em ambientes adequados	<i>Eat in clean, comfortable and quiet places (Brazil)</i>  <i>Take time to enjoy 3 meals a day sitting at a table (Ireland)</i>		
	Consumo de alimentos lentamente	<i>Eat calmly (Hungria)</i> <i>Eat slowly (Ireland)</i>		
Valorização das refeições	Importância de comer com prazer	<i>Enjoy your meal (Japan)</i>  <i>Enjoy the pleasure of eating (Romania).</i>	Relação consumo de alimentos ultraprocessados e prejuízos para integração social	<i>Their means of production, distribution, marketing, and consumption damage culture, social life (Brazil)</i>
	Refeições como momento de integração social/	<i>Enjoy meal times and the opportunity they present for sharing time with others (Argentina).</i>  <i>Try and eat with your family (Venezuela).</i>	Importância da alimentação como cuidado	<i>Take care of your family [...]Build and model healthy patterns for your family. (Qatar)</i>
	Valorização do sabor dos alimentos	<i>Enjoy the true taste of grain products (Canada)</i>	Relação entre refeições compartilhadas e consumo adequado	Whenever possible, eat in company, with family, friends, or colleagues: this [...] encourages eating regularly [...]. Share household activities that precede or succeed the consumption of meals (Brazil)
	Fazer da refeição um momento importante	<i>Plan your time to make food and eating important in your life (Brazil)</i>		

\*As categorias e códigos estão apresentados em ordem decrescente de frequência de referência/recomendações para cada código e categoria consideradas Positivas e/ou propositivas, conforma classificação em sustentável e simbólica.

### *Orientações Positivas e/ou Propositivas Essencialmente Sustentáveis e Simbólicas*

As orientações positivas e/ou propositivas representavam a maioria das recomendações, totalizando aproximadamente 81% das mensagens sustentáveis e simbólicas (dados não apresentados na tabela). As orientações categorizadas como positivas e/ou propositivas tinham como característica uma abordagem de incentivo, de sugestão ou valorização. Por exemplo, ao invés de dizer “não compre alimentos provenientes de longas distancias” (recomendação negativa), a mensagem positiva sugeria “Compre alimentos locais”, “Cultive seu próprio alimento” ou “prefira alimentos locais”.

Para a categoria *Consumo de alimentos frescos e/ou naturais* as recomendações foram principalmente relacionadas ao consumo de vegetais e/ou frutas frescos, além de leite, temperos e alimentos em geral. Ao recomendar o consumo de alimentos naturais, os guias do Brasil e Sri Lanka o fizeram em detrimento ao consumo de alimentos processados. Alguns guias alimentares recomendaram o uso de temperos naturais. O guia da Irlanda, apesar de fazer a recomendação para o consumo de temperos naturais, manteve uma preocupação relacionada a redução no consumo de sal e não necessariamente com questões de sustentabilidade.

Dentro da categoria *Valorização dos alimentos locais* as recomendações englobaram desde orientações mais gerais, incentivando o consumo de alimentos locais, até orientações relacionadas a alimentos específicos, como peixes de águas locais frias na Noruega e queijo local na Nigéria. Ainda se destaca o guia da Grécia, o único a recomendar o consumo de vegetais selvagens e o guia de Fiji, o único a incentivar o plantio dos próprios alimentos.

A categoria *Dieta baseada em vegetais* foi a única cujas recomendações tinham um conteúdo mais explicativo do que propositivo. As recomendações propositivas estavam relacionadas ao estímulo para uma alimentação com base em alimentos de origem vegetal. Os guias alimentares do Líbano e Georgia fizeram a recomendação evidenciando a dieta de base vegetal em relação a dieta com base em alimentos de origem animal.

Somente o guia do Brasil fez recomendações propositivas relacionadas ao consumo de alimentos orgânicos e de base agroecológica e incentivou o consumo de alimentos direto dos produtores familiares (categoria *Valorização de alimentos orgânicos, agroecológicos e ambientalmente sustentáveis*).

É importante destacar que, apesar de o Guia brasileiro ter sido o que mais apresentou recomendações sustentáveis e simbólicas (considerando somente as principais mensagens), uma análise mais aprofundada e detalhada do mesmo (considerando o documento em sua íntegra) indica a incipiência de uma abordagem considerando questões sustentáveis e o foco do guia no processamento de alimentos. Segundo Martinelli et al. (2020, dados não publicados), o guia pouco discorre ou identifica o sistema produtivo atual como um fator de risco para a promoção da segurança alimentar e nutricional e alimentação saudável. Ao invés disso, atribui os problemas do sistema alimentar atual quase que exclusivamente ao processamento de alimentos. Desse modo, observa-se

também uma possível incoerência entre as principais mensagens do guia e conteúdo do texto como um todo.

Em relação as categorias e códigos positivos e/ou propositivos essencialmente simbólicos esses estiveram relacionados principalmente a valorização da cultura e do ato de cozinhar (categoria *Valorização da cultura alimentar, do alimento tradicional e do ato de cozinhar*). Alguns guias alimentares, ao mencionar a importância de cozinhar o faziam associando o ato de cozinhar com a preservação da cultura e transmissão de conhecimento culinário entre as gerações, como o caso do guia de Benin. Outros, como o guia do Brasil demonstraram uma maior preocupação com o ato de cozinhar, independente da manutenção e preservação da cultura alimentar, como no caso do guia do Brasil e Irlanda. Alguns guias como do Nepal e Japão estimulavam o consumo de alimentos e preparações tradicionais sem associar ao ato de cozinhar. Já outras recomendações foram categorizadas nesse grupo por trazer o incentivo a alimentos considerados tradicionais no país, no entanto, não mencionavam esse aspecto diretamente no guia. Por exemplo, o guia do Paraguai estimulava o consumo de arroz e feijão e o guia da Guatemala o consumo de feijão e tortilhas, porém não destacam o fato de serem alimentos tradicionais.

As recomendações simbólicas ainda versaram sobre a importância de realizar as refeições em ambientes adequados e dedicando tempo para esse momento (*Valorização do local, ambiente e horário das refeições*). Nesse sentido, alguns guias estimulavam a realização de refeições a mesa (guia da Irlanda) ou em ambientes agradáveis (*The former Yugoslav Republic of Macedonia*), desencorajando o consumo de alimentos enquanto executa outras atividades (guias da Hungria e Brasil) ou em ambientes que estimulam o consumo ilimitado.

O ato de consumir os alimentos como um momento de prazer, sem pressa, foi também foi referido pelos guias do Brasil, Irlanda e Hungria, utilizando mensagens como: *Eat slowly eat calmly, eat carefully.*

Na categoria *Valorização das refeições*, para além de tempo e ambiente, as recomendações evidenciavam a necessidade de comer com prazer, de apreciar as refeições e/ou o sabor dos alimentos e ter a refeição como um momento importante:

Ressalta-se que somente os guias alimentares da Argentina e do Brasil abordaram a valorização das refeições como um momento de compartilhamento e integração social.

*Orientações Explicativas Essencialmente Sustentáveis e Simbólicas*

Poucos guias alimentares trouxeram uma abordagem explicativa ao fazer suas recomendações. Dos guias que fizeram recomendações contemplando aspectos simbólicos e sustentáveis, somente o Brasil, Paraguai e Qatar continham recomendações explicativas. Além desses, Colômbia, Costa Rica e Venezuela fizeram recomendações explicativas para questões sustentáveis e Benin e Irlanda para questões simbólicas, totalizando 8 guias alimentares. Considerando o total de recomendações sustentáveis e simbólicas, as recomendações explicativas representaram aproximadamente 19% das recomendações.

Por meio da análise apresentada no quadro 2 foi possível perceber que os guias alimentares, de modo geral, ao explicar as recomendações aqui consideradas simbólicas ou sustentáveis, o fazia considerando parâmetros nutricionais e/ou de saúde. O guia alimentar da Colômbia recomendava o consumo de alimentos frescos (Essencialmente sustentável), porém a justificativa (recomendação explicativa) se dava pelo fato de vegetais frescos auxiliarem na digestão e saúde do coração. Ainda na categoria *Consumo de alimentos frescos e/ou naturais*, o guia alimentar da Costa Rica recomendava o consumo de alimentos naturais associando a uma alimentação mais saudável.

Do mesmo modo, os motivos para recomendar dieta com base em alimentos de origem vegetal também foram de cunho nutricional nos guias do Brasil (equilíbrio nutricional) e Venezuela (fonte de fibras). O Brasil, no entanto, destacou a importância desses alimentos para favorecer a sustentabilidade ambiental e social do sistema alimentar. O guia alimentar do Qatar também fez recomendações indicando preocupações ambientais (categoria *Valorização de alimentos orgânicos, agroecológicos e ambientalmente sustentáveis*).

O guia alimentar do Paraguai ao recomendar o consumo de alimentos sazonais, fazia a associação com alimentos contendo mais vitaminas e fibras.

As recomendações explicativas simbólicas foram em sua maioria relacionadas a aspectos simbólicos (cultura, sabor sociabilidade, etc), porém aspectos nutricionais ainda estiveram presentes. Isso pode ser observado no guia de Benin, que ao incentivar o consumo de alimentos tradicionais se refere a importância dos mesmo para a saúde e o guia do Paraguai que faz referência ao valor nutricional. Apesar disso, ambos os guias também associaram o consumo de alimentos tradicionais a preservação da cultura ou a alimentos mais saborosos.

Na categoria *Valorização do local, ambiente e horário das refeições*, as recomendações que trouxeram alguma explicação a população indicaram a importância

de se realizar refeições em ambientes adequados para o consumo adequado de alimentos. Já na categoria relacionada a *Valorização das refeições* foi feita a relação entre o consumo adequado e refeições que são realizadas em companhia (compartilhadas) companhia para o consumo adequado de alimentos e a importância:

## **Discussão**

O propósito deste estudo foi trazer um panorama das mensagens presentes em todos os guias alimentares disponibilizados pela FAO, com enfoque na a abordagem de questões sustentáveis e simbólicas. Os guias analisados eram a maioria de países europeus e da América e Caribe. Observou-se uma centralidade das mensagens em questões nutricionais e de saúde. As recomendações relacionadas a aspectos simbólicos e sustentáveis da dieta quando presentes eram incipientes. A discussão sobre a importância de promover a sustentabilidade do sistema alimentar (GUSSOW; CLANCY, 1986; FAO, 2012) e o simbolismo da alimentação (POULAIN, 2012) não é recente e tem se intensificado atualmente. No entanto, os nossos resultados demonstraram mesmos os guias alimentares publicados nos últimos cinco anos (2014-2018), com exceção da Áustria, Brasil e Benin, não forneceram orientações para a população pudesse considerar essas questões em suas práticas alimentares.

A falta de abordagem às orientações alimentares quanto à influência de fatores socioeconômicos, culturais e políticos sobre os hábitos alimentares pode influenciar a aderência prática das recomendações nos guias (KING, 2007). Tendo em vista os desafios de alcançar o abastecimento sustentável de alimentos, as orientações de políticas para a mudança de sistemas alimentares estão ficando para trás (LANG, 2012). Segundo Lairon, a existência de um sistema alimentar mundial insustentável é evidente (LAIRON, 2012).

Segundo Gil e colaboradores, ao se pensar em alimentação saudável, outros aspectos além do nutricional e/ou restritivo ainda não são muito bem incorporados nas recomendações (GIL; RUIZ-LÓPEZ; FERNÁNDEZ-GONZÁLEZ et al., 2015). A centralidade das recomendações nutricionais nas diretrizes alimentares também foi observada e outros estudos. Montagnese e colaboradores em uma revisão de literatura de 34 guias alimentares europeus, identificaram que as principais mensagens transmitidas à população estavam relacionadas ao consumo de quantidades adequadas de grãos, principalmente grãos integrais, vegetais e frutas e moderada ingestão de gorduras, açúcares, carnes, calórico bebidas e sal (MONTAGNESE; SANTARPIA; BUONIFACIO

et al., 2015). A Food and Drug Organization (FAO), ao analisar as diretrizes e recomendações de 83 guias alimentares oficiais e semioficiais, identificou um número ainda menor de recomendações sustentáveis do que a análise feita neste estudo. De acordo com a FAO, apenas quatro guias se destacaram por apresentar diretrizes para alimentos sustentáveis, sendo eles Alemanha, Brasil, Suécia e Catar (FAO, 2016).

É reconhecida a importância do conteúdo nutricional para avaliação/promoção de práticas alimentares saudáveis (HOE et al., 2014), principalmente diante do histórico de aumento de DCNT. Porém, autores referem que essa não pode ser a única abordagem para classificar práticas em saudáveis ou não (GIL; RUIZ-LÓPEZ; FERNÁNDEZ-GONZÁLEZ et al., 2015; RIZK; TREAT, 2015), pois parecem não ser suficientes. Segundo Fardet e Rock o crescente número na prevalência de doenças crônicas em todo o mundo é o resultado da abordagem reducionista (alimento-nutriente) (FARDET; ROCK, 2018).

Nesse sentido uma abordagem holística tem sido defendida na literatura ao se falar na promoção de uma alimentação saudável. Fardet; Rock (2018) apontam que as diretrizes nacionais deveriam utilizar uma abordagem holística, destacando sustentabilidade da dieta por meio de recomendações que protejam a saúde humana, o bem-estar animal e o meio ambiente. Apesar disso, os autores consideraram em seu estudo a recomendação para “redução no consumo de alimentos ultraprocessados” como uma abordagem holística. Nesse estudo, recomendações relacionadas ao consumo de alimentos processados foi considerada Essencialmente Nutricional, pois entendemos que o foco principal dessa recomendação é a redução no consumo desses alimentos em função somente das grandes quantidades de açúcar, gordura e sal. Apesar de a redução do consumo de ultraprocessados refletir positivamente para além de questões nutricionais, não considerar a forma de produção do alimento, bem como quem produziu e como foi comercializado, pode implicar em classificar produtos de produção e cultura locais como ultraprocessados, enquanto produtos in natura importados seriam estimulados. Desse modo, defendemos que recomendações em relação a alimentos ultra processados, para que sejam efetivamente recomendações holísticas e não reducionistas, devem estar atreladas a aspectos do sistema alimentar. Aspectos estes que impactam diretamente em questões simbólicas (cultura e tradição alimentar) e sustentáveis (modo de produção, origem, desperdícios no processamento, relações de trabalho, dentre outras).

Além disso, observou-se nesse estudo que algumas recomendações focadas na qualidade nutricional e de saúde usavam conceitos vagos e possivelmente de difícil

compreensão, incluindo o uso da palavra "saudável". Cita-se por exemplo, manter peso saudável; peso ideal; coma com moderação; dieta balanceada; consumo de quantidades adequadas; manutenção do balanço energético; mantenha uma alimentação saudável; padrão alimentar saudável; dieta adequada; escolha alimentos saudáveis; alimentação variada; entre outros. Assim, podemos observar além da centralidade das informações relacionadas à dimensão nutricional em guias alimentares, mensagens de difícil interpretação.

As orientações nos guias relacionadas aos aspectos de sustentabilidade foram direcionadas ao local de produção, compra e consumo de alimentos. Embora o consumo de hortaliças em frutas em variedade e / ou quantidade esteja presente em todos os guias alimentares, apenas seis enfatizaram a importância de serem alimentos sazonais, e apenas o guia brasileiro recomendou o consumo de alimentos orgânicos e agroecológicos. Uma desconexão entre recomendações com abordagem nutricional e produção de alimentos é novamente percebida. No entanto, acredita-se que o consenso sobre a promoção de dietas baseadas em alimentos vegetais e sobre o maior consumo de frutas e hortaliças com vistas à prevenção de doenças e promoção de alimentação saudável deve implicar a identificação e o apoio à produção de práticas. Nesse sentido, destaca-se a importância de promover a compra de alimentos da agricultura familiar (ausente em guias alimentares), importantes para o fornecimento de frutas e hortaliças, alimentos regionais e sociobiodiversidade (GRISA; SCHMITT; MATTEI et al., 2011; FABRI, 2013) entre outros alimentos in natura, sendo o principal responsável por alimentar populações em regiões de pobreza (ILEIA, 2014).

As recomendações para o maior consumo de frutas e hortaliças e menores quantidades de gorduras, açúcar e sal têm profundas implicações para as políticas e práticas agrícolas e industriais (BRASIL, 2006). Novas tecnologias de produção e transporte permitem que os mesmos produtos sejam encontrados durante todo o ano e em diferentes regiões do país. No entanto, é necessário questionar os reais impactos deste modelo para a saúde e o meio ambiente, uma vez que a produção de alimentos é diferente nas regiões brasileiras, de forma que é possível que os alimentos percorram longas distâncias. E, para suportar as condições de transporte e ser produzido continuamente, possivelmente demandaria uma quantidade maior de pesticidas. Assim, o consumo de uma determinada fruta ao longo do ano em todo o Brasil, mesmo considerado importante para a prevenção de determinada doença, não pode ser considerado saudável.

Por outro lado, observar a sazonalidade dos alimentos na hora de escolhê-los poderia favorecer o consumo de alimentos locais, parte da cultura de produção local, frescos e provenientes de curtas distâncias e com menos aditivos químicos. Ainda, poderia ajudar no maior consumo em variedade de alimentos e de nutrientes e preservação da biodiversidade. Nesse sentido, destacamos o guia alimentar da Grécia, que recomenda o consumo de verduras silvestres, conhecidas no Brasil como Plantas Não Convencionais ou Alimentos nativos da biodiversidade.

Vale ressaltar que, embora algumas mensagens sejam classificadas como uma abordagem sustentável, os guias alimentares não apresentam claramente as razões de saúde e ambientais para essas recomendações, ao contrário da maioria das recomendações nutricionais. Isso aconteceu para recomendações como: consumir quantidades moderadas de peixe, carne, frango; limitar o consumo de carne vermelha; ter uma dieta variada principalmente de plantas; consumir temperos naturais / frescos, alimentos frescos, vegetais frescos, alimentos naturais. Por outro lado, alguns guias enfatizaram esses aspectos mais claramente em mensagens como: consumir alimentos minimamente processados que são ambiental e socialmente sustentáveis; não consumir ultraprocessados, pois seus meios de produção, distribuição, comercialização e consumo prejudicam o meio ambiente; comprar em feiras e mercados de agricultores; comprar orgânicos e agroecológicos, entre outros.

Mais do que a maior frequência de recomendações com abordagem nutricional nos guias alimentares, destacam-se os detalhes dessas recomendações e, principalmente, a ausência ou pouca articulação dessas recomendações com as demais dimensões da alimentação saudável. Por exemplo, ao recomendar o consumo de peixe, nenhum guia alimentar enfatizou a importância de considerar o modo de produção de peixe. Apenas o guia austríaco reforçou a importância do consumo de peixe local.

As recomendações simbólicas de alimentação saudável estavam relacionadas aos hábitos de preparo e alimentação; o lugar onde as refeições são servidas e a valorização da comida e cultura tradicionais. Nesse sentido, alguns guias enfatizaram a importância do prazer de comer, de compartilhar refeições e de compreender e aproveitar o momento das refeições como um momento de socialização. Esses guias, enquanto apresentam essas mensagens sutilmente, abordam o ato de se alimentar além da simples ingestão de alimentos e nutrientes. É importante ressaltar que a comida é cheia de simbolismo que influencia direta ou indiretamente as escolhas alimentares (POULAIN, 2012) e precisa ser respeitada para que se tenha uma dieta verdadeiramente saudável.

Apesar da importância da preservação e valorização de alimentos tradicionais, seja para a preservação da cultura, dos modos de fazer tradicionais ou ainda para a conservação da biodiversidade. Ainda, apesar de todo o simbolismo que envolve o consumo desses alimentos pela sua relação com contexto histórico de produção e consumo de um alimento, em nível social, territorial, familiar e individual, os guias alimentares, quando fizeram menção a esses alimentos (tradicionais) de um modo mais explicativo relacionaram esses alimentos a aspectos nutricionais.

Ao interpretar os nossos resultados é importante considerar que as diferenças observadas quando comparado aos demais estudos que analisaram recomendações sustentáveis presentes nos guias alimentares podem estar relacionados aos critérios utilizados para a definição das mensagens consideradas nutricionais ou sustentáveis. No entanto, a forma de análise realizada dependeu da interpretação dos autores e as divergências foram discutidas até que se chegasse a um consenso.

## **Conclusão**

Este trabalho demonstra que é preciso avançar na promoção de uma alimentação saudável, inicialmente nos guias alimentares, que são documentos oficiais e ferramenta importante para comunicação com a população, sendo um dos documentos base para realização de ações de Educação Alimentar e Nutricional. Para avançar na garantia de uma alimentação considerada saudável em todas as suas dimensões com uma abordagem holística, os guias alimentares precisam inserir aspectos simbólicos e sustentáveis em suas recomendações. Ainda, deve-se priorizar formas explicativas que situem o leitor nos motivos para mudanças da alimentação que ultrapassem a perspectiva nutricional.

## **Referências**

AUESTAD, N.; FULGONI, V. L. What current literature tells us about sustainable diets: Emerging research linking dietary patterns, environmental sustainability, and economics. *Advances in Nutrition*, v. 6, n. 1, 2015, p.19-36.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. 3ª. Lisboa: Edições 70, 2010. 279.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE, S. D. V. E. S., SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE,. *Política Nacional de Promoção da Saúde*. Brasília: Ministério da Saúde,, 2006. 60 p.

CASTRO, I. R. R. D. Challenges and perspectives for the promotion of adequate and healthy food in Brazil. **Cad Saúde Pública**, v. 31, 2015, p.07-9.

CORTESE, R. D. M.; MARTINELLI, S. S.; FABRI, R. K.; PROENÇA, R. P. D. C.; CAVALLI, S. B. A label survey to identify ingredients potentially containing GM organisms to estimate intake exposure in Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 21, n. 14, 2018, p.2698-713.

ETIÉVANT, P. Dietary behaviours and practices: Determinants, action, outcomes. In: BURLINGAME, B. e DERNINI, S. (Ed.). **Sustainable diets and biodiversity**. Rome: FAO, 2012.

FABRI, R. K. **Uso de alimentos regionais da agricultura familiar na alimentação escolar: um estudo de caso em Santa Catarina**. 2013. 291f. Dissertação (Mestrado em Nutrição). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

FAO. FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS. **Sustainable diets and biodiversity**. Rome: International Scientific Symposium Biodiversity and Sustainable Diets United against Hunger (2010: Rome, Italy), 2012.

\_\_\_\_\_. FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS. **Plates, pyramids, planet: Developments in national healthy and sustainable dietary guidelines: a state of play assessment**: Food and Agriculture Organization of the United Nations, The Food Climate Research Network at The University of Oxford,, 2016.

\_\_\_\_\_. FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS. Food-based dietary guidelines. 2018. Disponível em: <<http://www.fao.org/nutrition/education/food-based-dietary-guidelines/en/>>. Acesso em: 02 jun 2018.

FARDET, A.; ROCK, E. Perspective: Reductionist Nutrition Research Has Meaning Only within the Framework of Holistic and Ethical Thinking. **Advances in Nutrition**, v. 9, n. 6, 2018, p.655-70.

FREIRE, M. D. C. M.; BALBO, P. L.; AMADOR, M. D. A.; SARDINHA, L. M. V. Guias alimentares para a população brasileira: implicações para a Política Nacional de Saúde Bucal. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, 2012, p.s20-s9.

GIL, Á.; RUIZ-LÓPEZ, M. D.; FERNÁNDEZ-GONZÁLEZ, M.; DE VICTORIA, E. M. The finut healthy lifestyles guide: Beyond the food pyramid. **Nutricion Hospitalaria**, v. 31, n. 5, 2015, p.2313-23.

GRISA, C.; SCHMITT, C. J.; MATTEI, L. F.; MALUF, R. S.; LEITE, S. P. Contribuições do Programa de Aquisição de Alimentos à segurança alimentar e nutricional e à criação de mercados para a agricultura familiar. **Agriculturas, Rio de Janeiro**, v. 8, n. 3, 2011, p.34-41.

GUSSOW, J. D.; CLANCY, K. L. Dietary guidelines for sustainability. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 18, n. 1, 1986, p.1-5.

HAWKES, C.; POPKIN, B. M. Can the sustainable development goals reduce the burden of nutrition-related non-communicable diseases without truly addressing major food system reforms? **BMC Medicine**, v. 13, n. 1, 2015/06/16 2015, p.143.

ILEIA. **Fortalendo a Agricultura Familiar**. ILEIA - Centre for learning on sustainable agriculture e RedeAgriCulturas. 2014

IMAMURA, F.; MICHA, R.; KHATIBZADEH, S.; FAHIMI, S.; SHI, P.; POWLES, J. et al. Dietary quality among men and women in 187 countries in 1990 and 2010: A systematic assessment. **The Lancet Global Health**, v. 3, n. 3, 2015, p.e132-e42.

JOHNSTON, J. L.; FANZO, J. C.; COGILL, B. Understanding sustainable diets: A descriptive analysis of the determinants and processes that influence diets and their impact on health, food security, and environmental sustainability. **Advances in Nutrition**, v. 5, n. 4, 2014, p.418-29.

KING, J. C. An evidence-based approach for establishing dietary guidelines. **J Nutr**, v. 137, n. 2, Feb 2007, p.480-3.

LAIRON, D. Biodiversity and sustainable nutrition with a food-based approach. In: FAO (Ed.). **Sustainable diets and biodiversity: directions and solutions for policy, research and action**. Roma, 2012. p.30-5.

LANG, T. Sustainable diets and biodiversity: The challenge for policy, evidence and behaviour change. In: BURLINGAME, B. e DERNINI, S. (Ed.). **Sustainable Diets and Biodiversity**. Rome: FAO, 2012. ISBN 9251073112.

\_\_\_\_\_. Sustainable Diets: another hurdle or a better food future? **Development**, v. 57, n. 2, 2015, p.240-56.

MARTINS, K. A.; FREIRE, M. D. C. M. Guias alimentares para populações: aspectos históricos e conceituais. **Brasília méd**, v. 45, n. 4, 2008, p.291-302.

MONTAGNESE, C.; SANTARPIA, L.; BUONIFACIO, M.; NARDELLI, A.; CALDARA, A. R.; SILVESTRI, E. et al. European food-based dietary guidelines: A comparison and update. **Nutrition**, v. 31, n. 7-8, 2015, p.908-15.

POPKIN, B. M. Global nutrition dynamics: The world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. **American Journal of Clinical Nutrition**, v. 84, n. 2, 2006, p.289-98.

POPKIN, B. M. Nutrition Transition and the Global Diabetes Epidemic. **Current Diabetes Reports**, v. 15, n. 9, July 26 2015, p.64.

\_\_\_\_\_. Relationship between shifts in food system dynamics and acceleration of the global nutrition transition. **Nutrition Reviews**, v. 75, n. 2, 2017, p.73-82.

POULAIN, J.-P. **Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço alimentar**. 2012.

RILEY, H.; BUTTRISS, J. L. A UK public health perspective: what is a healthy sustainable diet? **Nutrition Bulletin**, v. 36, n. 4, 2011, p.426-31.

RIZK, M. T.; TREAT, T. A. Perceptions of food healthiness among free-living women. **Appetite**, v. 95, 2015, p.390-8.

ROSE, D.; HELLER, M. C.; ROBERTO, C. A. Position of the Society for Nutrition Education and Behavior: The Importance of Including Environmental Sustainability in Dietary Guidance. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 51, n. 1, 2019/01/01/ 2019, p.3-15.e1.

UNITED KINGDOM. **Foresight. The Future of Food and Farming. Final Project Report**. London: The Government Office for Science, 2011.

WHO. **Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020**. Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2013. 55 p.

\_\_\_\_\_. ORGANIZATION, W. H. Obesity and overweight. 2015. Disponível em: <<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>>. Acesso em: 20 mar 2016.



### 4.3 ARTIGO 3

ARTIGO ORIGINAL: O que é alimentação saudável? Percepção de indivíduos adultos de uma capital brasileira sobre aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável

#### Resumo:

O presente estudo teve como objetivo avaliar a percepção sobre alimentação saudável e como questões simbólicas e sustentáveis são percebidas como parte da alimentação saudável. Foi empregada abordagem qualitativa com uso da técnica de foto-elicitação. A seleção e caracterização dos participantes foi feita por meio de questionário online. Foram incluídos indivíduos adultos, residentes em uma capital do sul do Brasil, responsáveis pelas compras de alimento e que consideravam ter/buscar uma alimentação saudável. A amostragem se deu por saturação de conteúdo. As entrevistas foram gravadas e transcritas. Análise temática foi utilizada para identificar padrões emergentes dos dados com auxílio do Software NVivo. A coleta de dados ocorreu em Florianópolis, Santa Catarina. Participaram do estudo 15 indivíduos de ambos os sexos, com idade entre 24 e 52 anos. A análise temática resultou em 6 categorias substanciais: (1) O que é alimentação saudável ou não saudável, (2) Motivações para alimentação saudável, (3) Caminhos para alimentação saudável, (4) Barreiras e impeditivos para alimentação saudável, (5) Confrontos, divergências e conflitos e (6) Resultado das mudanças na alimentação. A abordagem nutricional foi predominante na compreensão sobre alimentação saudável e contribuiu para que as motivações para alimentação saudável fossem enfocadas nos benefícios ou malefícios dos alimentos para o organismo, mesmo que indiretamente refletissem em questões relacionadas a sustentabilidade, a exemplo do uso de agrotóxicos. Questões sustentáveis foram pontuadas como caminho para busca de alimentação saudável, porém ainda não estavam incorporadas na rotina dos indivíduos, ficando mais restrita ao campo das reflexões e desejos. As ações realizadas para a busca da alimentação saudável foram sobretudo relacionadas a substituições das preparações, principalmente de carboidratos. Mesmo que o preparo de alimentos em casa fosse fortemente relacionado a uma alimentação saudável, aspectos simbólicos não foram reconhecidos no ato de cozinhar. O saudável foi mais relacionado a seleção dos ingredientes, principalmente redução no consumo de industrializados. Apesar de a dicotomia da alimentação em saudável e não saudável ser flexível a depender do contexto, principalmente ao

compartilhar refeições, conflitos individuais ficaram evidentes, resultando em culpas e privações. O saudável não tinha uma abordagem holística na percepção dos indivíduos investigados.

### **Introdução**

É crescente o interesse e preocupação da população com a saúde e alimentação saudável (VILÀ, 2017). Apesar da dificuldade de se compreender os fatores que influenciam as escolhas alimentares, bem como a complexidade do ato de se alimentar (POULAIN, 2012; JOMORI, PROENÇA, CALVO, 2006; FREIDIN, 2016), o interesse por alimentos saudáveis ou com apelo de saudável se constitui em uma importante influência nessas escolhas (STEPTOE; POLLARD; WARDLE, 1995; BECH-LARSEN; GRUNERT, 2003; EERTMANS et al., 2006; LANDSTROM et al., 2007; VERMEIR; VERBEKE, 2008; GRUNERT; WILLS; FERNANDEZ-CELEMIN, 2010; SCHERMEL et al., 2014).

No entanto, a população recebe diariamente mensagens relacionadas a alimentos, dietas e saúde. Observam-se informações científicas ambíguas relativas aos nutrientes dos alimentos (LOBSTEIN; DAVIES, 2009) Ainda, para além do âmbito acadêmico-científico, observa-se a multiplicação de discursos reducionistas, focados em questões higiênico-sanitárias, dietéticas ou estéticas, além de discursos confusos, conflitantes e de confiabilidade e consistência questionáveis (POULAIN, 2012)(BOYLAN; LOUIE; GILL, 2012; PULAIN, 2012) (GOLDBERG, 1992; FREIDIN, 2016).

A relação entre o que os indivíduos compreendem e incorporam como uma alimentação saudável e os seus reais comportamentos e atitudes ainda é ambígua e pouco esclarecida (ALLEN et al., 2014). No entanto, é reconhecida a necessidade de compreender como as pessoas interpretam os alimentos e o ato de comer em suas vidas cotidianas para proposição de intervenções viáveis (BISOGLI et al., 2012). Apesar das abordagens para promoção da alimentação saudável se centrarem, principalmente em questões nutricionais e de saúde, sabe-se que as motivações para que o consumidor considere esses aspectos nas suas escolhas alimentares ainda não são muito bem compreendidas (ASCHEMANN-WITZEL, 2015). Ainda mais complexo são as modificações das escolhas alimentares buscando incorporar aspectos sustentáveis (MACDIARMID, 2012; 2013).

Observa-se que a grande parte dos estudos relacionados a comportamento, escolhas, concepções e conhecimentos em relação à alimentação saudável já direcionam a avaliação do saudável a parâmetros nutricionais<sup>30</sup>. Paquette (2005) e Bisogni et al. (2012) em estudos de revisão sobre percepção de uma alimentação saudável identificaram concepções relacionadas, principalmente, com a presença de frutas e legumes; alimentos naturais e integrais; restrição de gordura; açúcar e sal e dieta com poucas calorias. Assim, direcionam a investigação para alimentos e nutrientes que devem ser consumidos em maior ou menor quantidade para que se tenha uma alimentação saudável<sup>31</sup>. Ainda, são poucos os estudos que tiveram como objetivo primário avaliar a compreensão dos indivíduos sobre alimentação saudável por meio de abordagem qualitativa.

Os entendimentos sobre o significado da alimentação saudável são múltiplos (JENNINGS et al., 2014; PAQUETTE, 2005), no entanto, aspectos nutricionais parecem prevalecer, não incorporando dimensões simbólicas e sustentáveis.. É comum os estudos partirem de uma análise que classifica os alimentos em saudáveis e não saudáveis e avaliam o conhecimento e/ou comportamento dos indivíduos em relação a esses alimentos.

Nesse sentido este estudo avaliou a percepção sobre alimentação saudável de indivíduos adultos de uma cidade no sul do Brasil e como questões simbólicas e sustentáveis são percebidas e incorporadas à alimentação saudável.

## **Método**

Foram selecionados indivíduos adultos que consideravam realizar uma alimentação saudável e que eram responsáveis pelas compras de alimentos, a fim de compreender aspectos que permeavam o conceito de saudável pelos sujeitos da pesquisa.

---

<sup>30</sup> LARSON, STORY, EISENBERG, NEUMARK-SZTAINER (2006) BOUTELLE, BIRKELAND, HANNAN, STORY, NEUMARKSZTAINER (2007); DICKSONSPILLMANN; SIEGRIST, (2011); MAN, FRAZIER, ROCKETT, CAMARGO, FIELD, et al. (2009); CARVALHO, NOGUEIRA, TELES, PAZ, SOUSA (2001); SILVA et al., (2015)

<sup>31</sup> TOWLER & SHEPHERD, 1990; PARMENTER; WARDLE, 1999; BARRATT, 2001; DALLONGEVILLE et al., 2001; WHATI et al., 2005; KOLODINSKY et al., 2007; PAQUETTE, 2005; LARSON et al.,2006; LOBSTEIN; DAVIES, 2009

A pesquisa foi realizada com a população residente na região insular de Florianópolis (município localizado na região sul do Brasil). A seleção e caracterização da amostra foi realizada por meio de um questionário online desenvolvido na plataforma *Google Forms*, disponibilizado nos canais de comunicação da Universidade Federal de Santa Catarina e nas mídias sociais. O questionário contemplava características socioeconômicas, local e responsabilidade da compra de alimentos, se o indivíduo considerava ou não que tinha/buscava ter uma alimentação saudável e o porquê dessa percepção (questão aberta de resposta curta). Uma análise prévia dessa questão buscou uma maior variabilidade de respostas para a seleção dos sujeitos. Desse modo foram selecionados participantes que, inicialmente, relacionaram uma alimentação saudável com: preocupação com a saúde e bem estar; restrição no consumo de alimentos de origem animal (dieta a base de vegetais); redução no consumo de alimentos industrializados; seleção de alimentos considerados saudáveis, restrição de alimentos contendo gordura, açúcar, sal; preocupação com quantidade, preocupação com variedade, controle do peso; consumo de vegetais e frutas; plantar o próprio alimento; consumo conforme sazonalidade; preparar refeições em casa. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina e os participantes assinaram o termo de consentimento de participação na pesquisa.

#### Coleta de dados e guia de entrevista

O estudo foi conduzido por meio de entrevistas semiestruturada com uso da técnica de foto-elicitação. Os efeitos positivos da foto-elicitação no processo de pesquisa qualitativa já foram bem descritos em pesquisas realizadas com indivíduos adultos (PAIN, 2012).

As imagens registradas pelo pesquisador, adicionadas à discussão, auxiliaram no levantamento de questões não referidas inicialmente pelo entrevistado, bem como no aprofundamento das mesmas. Ademais, a técnica de foto-elicitação auxiliou na coleta de informações relacionadas a sentimentos e memórias devido a forma particular representação (fotografia).

Após o preenchimento do questionário online, os indivíduos selecionados foram convidados a participar da segunda etapa da pesquisa via e-mail, sendo informados de que essa etapa consistia em uma entrevista face a face, e dependia de registro fotográfico das refeições. A seleção e entrevistas foram ocorrendo simultaneamente, até saturação da amostra. Visando reduzir as perdas de seguimento o pesquisador realizou contato a cada

3 dias com os participantes. No entanto, cinco participantes desistiram da pesquisa após o início. A saturação de conteúdo aconteceu na 15ª entrevista, encerrando-se assim a coleta de dados. Após o aceite o participante recebia as seguintes orientações para registro fotográfico:

*Gostaria que nos próximos dias, até a data da nossa entrevista, você fizesse o **registro fotográfico de momentos da sua alimentação que você considera, por qualquer motivo, importante registrar por ser importante pra você** (seja por que gosta, não gosta, seja pelo ingrediente, pela história do alimento, por algo que aconteceu no dia, por querer fotografar, por te lembrar algo, enfim, qualquer motivo). Pode ser foto de suas refeições de modo geral (café da manhã, almoço, jantar, lanches, sobremesas). Pode ser foto de algum alimento ou ingrediente específico, de algum preparo, algo que comprou. Pode ser foto do prato servido, de uma mesa pronta, de panelas com alguma preparação. Pode ser também de algum lugar que você tenha feito sua refeição ou tenha comprado algo. Pode ser de alguma festa ou evento que envolva alimentos. Ou seja, não há certo ou errado. Se for algo que, de alguma forma se relaciona com a sua alimentação e que você considere importante, relevante, interessante registrar eu gostaria de saber. As fotos são importantes para auxiliar na nossa conversa.*

**IMPORTANTE:** Não precisa ser um registro alimentar de tudo aquilo que você irá consumir nos próximos dias.

As fotos foram registradas com o celular do próprio participante e consistiu na base para a condução das entrevistas. As entrevistas foram agendadas após, pelo menos 15 dias de registro e variou conforme disponibilidade dos participantes e número de fotos registradas durante esse período. Não houve limitação quanto ao número máximo de imagens a serem registradas. Algumas imagens foram selecionadas pelo pesquisador, para serem usadas no momento da condução da entrevista, visando atender aos objetivos da pesquisa. No entanto, estabeleceu-se o número mínimo de 10 fotos. Ressalta-se que no momento da entrevista os participantes foram informados que nem todas as imagens registradas poderiam ser discutidas, conforme sugerido Hammer et al. (2015), sendo adotado para essa pesquisa o critério de similaridade das fotos. Assim, durante a condução da entrevista, fotos que representavam refeições muito parecidas foram pouco exploradas. O tempo mínimo e máximo entre o início do registro fotográfico e data da entrevista foi de 15 e 30 dias, respectivamente, sendo a média 22 dias. A média de fotos enviadas pelos participantes foi 22, sendo o mínimo 10 e o máximo 56. Destaca-se que o número de fotos foi considerado suficiente para explorar as questões necessárias e pontuadas no guia de entrevista, não influenciando diretamente no tempo de entrevista. O tempo das entrevistas variou de 45 min a 2 horas, sendo a média de 1h20 minutos.

O guia de entrevista foi elaborado com base na revisão de literatura sobre foto-elicitación (HARPER, 2002; KOLB, 2008; BANKS, 2009) sobre a temática alimentação saudável, buscando gerar a discussão sobre aspectos nutricionais, sustentáveis e simbólicos relacionados a percepção sobre alimentação saudável (Tabela 1). O

pesquisador estava livre para investigar áreas interessantes que surgissem conforme preocupações dos entrevistados.

A entrevista foi iniciada solicitando ao participante que fizesse a descrição de cada uma das fotos. O indivíduo foi estimulado a discorrer sobre o motivo do registro fotográfico, bem como o contexto e história da fotografia, importância do momento/alimento no contexto da sua alimentação (NEIVA-SILVA; KOLLER, 2002). Para introdução de questões centrais relacionadas especificamente ao problema, o pesquisador solicitou que o entrevistado selecionasse, dentre as fotografias registradas, aquelas que ele poderia relacionar com uma alimentação mais e menos saudáveis. Ressalta-se que apesar desse estímulo pré-definido, o pesquisador, poderia a qualquer momento, introduzir questões técnicas com base no referido pelo participante.

Durante as entrevistas buscou entender: as significações em torno da alimentação, principalmente alimentação saudável (o que é considerado uma alimentação saudável, como a busca por alimentação saudável está presente no dia a dia dos indivíduos), o reconhecimento de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte da alimentação saudável (quais aspectos), a presença desses aspectos nas práticas alimentares saudáveis (quais aspectos estão presentes, como estão ou já estiveram presentes e o quanto influenciam as percepções sobre alimentação saudável).

**Tabela 1 – Roteiro para entrevista de foto-elicitación**

<b>1º estágio descrição da fotografia</b>
- Gostaria que você me descrevesse essa fotografia: O que ela apresenta? Em que situação foi registrada? (O pesquisador buscará identificar o local e horário que a fotografia foi tirada. Quem participava do momento. O que aquela imagem representa. Porque ela foi tirada/escolhida)
<b>2º Questões Centrais</b>
- Pensando em uma alimentação saudável selecione imagens ou elementos dessas imagens que você relaciona com uma alimentação saudável. Você pode olhar novamente as imagens registradas.
-Eu gostaria de saber o <b>porquê</b> dessa escolha. O que (os aspectos mencionados) representam para a ocasião em que a imagem foi registrada. Esse procedimento poderá ocorrer para todas as fotos.
-O que quer dizer alimentação saudável pra você (relembrar primeiro questionário)
-Teria algo em alguma imagem que considera não saudável - saber o <b>porquê</b> dessa escolha. O que (os aspectos mencionados) representam para a ocasião em que a imagem foi registrada
<b>Questões adicionais</b>
- Sabe dizer se teve algum momento específico ou mais de um momento que passou a pensar/buscar uma alimentação mais saudável (pensando no que disse sobre alimentação saudável)
- Porque é importante, porque decidiu isso? Quais modificações fez na alimentação [identificar as motivações da mudança]; [identificar alimentos que passou a comer por considerar saudável e porque considera saudável]; [identificar alimentos que comia e agora não come mais por não considerar saudável]

- Gostaria que pensasse em alimentos que fazem parte da sua história familiar, cultural [tentar fazer a pessoa a pensar nesses alimentos e citá-los]; [identificar a relação dos mesmos com o conceito de saudável da pessoa, se deixou de comer por não considerar saudável, se come fazendo modificações]

#### **Questão final**

Uso dos estímulos visuais do pesquisados

Eu trouxe aqui algumas imagens e eu gostaria que você me falasse o que vê nessas fotografias (O participante será orientado para discorrer sobre as imagens e seus elementos). Nesse momento eu gostaria que você relacionasse essas imagens com o que discutimos sobre alimentação saudável. [discutir sobre: uso de agrotóxicos, transgênicos, cadeia curta, sazonalidade, diversidade alimentar e PANC, cultivo de alimentos, alimentos de festividades]

Outras questões finais: identificar o saudável relacionado a comer com prazer, cozinhar

De modo complementar às fotografias dos participantes, foram utilizados estímulos visuais selecionados pelo próprio pesquisador para gerar discussão sobre aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação saudável. Esses estímulos visavam gerar a discussão sobre uso de agrotóxicos, consumo de alimentos transgênicos, cadeia curta de produção de alimentos, sazonalidade, alimentos regionais, alimentos parte de momentos de festividades, diversidade alimentar e plantas alimentícias não convencionais

## **Resultados**

### Caracterização da amostra

A amostra contou com 15 indivíduos (12 do sexo feminino e 3 do sexo masculino) com idade entre 24 e 52 anos, sendo a maioria solteiro ( $n = 9$ ). O nível educacional variou de superior incompleto a pós-graduação a nível de mestrado. Cinco indivíduos eram os únicos responsáveis pelas compras para todos os membros da casa, sete compartilhavam essa função e três faziam as compras somente para eles. Os indivíduos interpretaram sua alimentação como saudável por motivos distintos, que podem ser observados na Tabela 1, juntamente com a descrição dos participantes.

**Tabela 1: Caracterização dos participantes do estudo.**

Sexo	Idade	Nível educacional	Estado civil	Número de pessoas com quem mora	Renda	IMC	<i>Você se considera uma pessoa que tem/busca ter uma alimentação mais saudável ao realizar a maior parte de suas escolhas alimentares (refeições/compra de alimentos, escolha de preparações)? Se sim, por que?</i>
Feminino	24	Pós graduação (Mestrado)	Solteiro(a)	1	De 1 a 3 salários	20,6	<i>Pela minha opção de dieta que inclui diversidade de frutas, verduras, grãos...</i>
Masculino	25	Ensino superior completo	Solteiro(a)	3	De 4 a 6 salários	23,7	<i>Por mais que nem sempre eu consiga concretizar esse desejo, a preferência e atenção a esse aspecto da alimentação está sempre presente.</i>
Feminino	26	Ensino superior incompleto	Solteiro(a)	4	Até 1 salário mínimo	21,1	<i>Porque me sinto melhor, minha alimentação influencia em toda a dimensão do meu cotidiano, minha disposição, capacidade cognitiva, sono.... Tento comer bem sempre que posso.</i>
Feminino	26	Ensino superior completo	Solteiro(a)	2	De 1 a 3 salários	21,2	<i>Compra de alimentos.</i>
Masculino	27	Pós graduação (Mestrado)	Solteiro(a)	4	De 4 a 6 salários	26,3	<i>Plano alimentar prescrito por nutricionista.</i>
Feminino	28	Pós graduação (Mestrado)	União estável	2	De 6 a 8 salários	23,7	<i>Evito produtos muito calóricos.</i>
Feminino	28	Pós graduação (Mestrado)	Solteiro(a)	1	De 1 a 3 salários	22,6	<i>Porque quero ter a ilusão de que sei qual é a procedência e a qualidade do meu alimento, porque na verdade, não há como ter plena certeza quais químicos foram usados no cultivo do alimento que chega a nossa mesa. Comer em restaurantes é minha última opção, e prezo pelos alimentos frescos.</i>
Feminino	31	Ensino superior incompleto	Solteiro(a)	2	De 4 a 6 salários	22,8	<i>Porque 90% das compras incluem legumes, verduras e frutas, quando possível orgânicos. O restante engloba arroz, feijão, lentilhas, grãos e tubérculos no geral. Não consumo nenhum tipo de carne (vermelha, frango, peixes).</i>
Masculino	31	Ensino superior completo	Solteiro(a)	2	*não respondeu	23,4	<i>Porque acredito que, apesar de ser da área de exatas, já fui atrás de informações o suficiente sobre nutrição para que a probabilidade das minhas escolhas alimentares resultarem em uma alimentação mais saudável do que as supostas escolhas alimentares de alguma outra pessoa aleatória da sociedade...</i>
Feminino	31	Ensino superior completo	Casado(a)	2	De 8 a 10 salários	22,9	<i>Gosto de fazer as compras de alimentos, gosto muito de cozinhar e prefiro fazer minhas refeições em casa.</i>
Feminino	31	Ensino superior completo	Separado (a) ou divorciado (a)	1	De 4 a 6 salários	23,6	<i>Porque sempre opto por alimentos com menos açúcares, sal e gorduras.</i>

Feminino	32	Pós graduação (especialização)	União estável	2	De 6 a 8 salários	19,4	<i>Porque me preocupo muito com a saúde e sempre tento escolher alimentos de qualidade, com procedência, evitando industrializados ou que tenham muito açúcar ou sódio, etc.</i>
Feminino	35	Pós graduação (Mestrado)	Casado(a)	2	Acima de 11 salários	22,1	<i>Porque me preocupo com a qualidade do alimento que estou comprando e comendo, busco ter uma alimentação balanceada, sazonal, com pouco açúcar branco e frituras, como muito em casa, sou vegetariana, tento plantar parte dos alimentos que consumo.</i>
Feminino	46	Pós graduação (especialização)	Solteiro(a)	2	De 6 a 8 salários	31,6	<i>Tento comprar produtos menos industrializados possíveis.</i>
Feminino	47	Pós graduação (Mestrado)	União estável	4	De 6 a 8 salários	22,3	<i>Fui educada desde criança com o cuidado de ter uma alimentação rica em verduras, legumes, cereais, pouco sal e doces. Então é meio que natural pra mim.</i>

\*Salário mínimo vigente no momento da coleta era de R\$ 954,00

### Análise temática

A análise temática resultou em 6 categorias substanciais: (1) O que é alimentação saudável ou não saudável, (2) Motivações para alimentação saudável, (3) Caminhos para alimentação saudável, (4) Barreiras e impeditivos para alimentação saudável, (5) Confrontos, divergências e conflitos e (6) Resultado das mudanças na alimentação. As categorias e respectivos códigos podem ser observadas no Quadro 1.

### Quadro 1: Categorias e subcategorias emergentes da análise temática que explicam o fenômeno estudado

<i>(1) O QUE É ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL OU NÃO SAUDÁVEL</i>	
<i>Tipo e composição do alimento</i>	<p>“Essa batata aqui não tava no contexto, mas eu peguei pesado na hora de botar sal, aí eu soube, que se tu bota a batata ela suga um pouquinho o sal. E deu certo, mas eu desprezei ela, depois eu não comi porque eu falei "não credo" muito carboidrato, muita coisa, se tem que fazer escolhas na vida, então, fica com arroz que era o plano inicial”</p> <p>“mas se eu já almocei uma coisa com carboidrato, de noite eu não como “</p> <p>“Ah porque tem mais proteína, aqui só tem proteína né, essa da carne né que eu deixei numa proporção mais equilibrada, essa carne também era um patinho, que não tem muita gordura”</p> <p>“é evitar esses industrializados, que tem muito conservante e essas coisas, e fritura, e... assim, muita gordura...”</p>
<i>Relação do indivíduo com o modo de consumo</i>	<p>“Não, eu acho essa história de não saudável superstição na real, tudo é saudável porque tu tem que né, redução de danos que chama, não pode reduzir essas coisas assim, é um açucrinho que nos dá felicidade”.</p> <p>“não me privo (alimento considerado não saudável), porque sei que tenho uma alimentação que é estável e não é um dia que vai estragar, basicamente. Porque é super esporádico”.</p> <p>“é que não só uma alimentação mais saudável, mas uma vida mais saudável. A alimentação saudável pra mim inclui tudo. Inclui comer doce, comer esair com os amigos[...] o pessoal esse mês trouxe um monte de bolo. Então também é saudável, na minha concepção”.</p> <p>“ah,não pode leite" "ah,não pode glúten" "Não pode isso, não pode aquilo" Mas não pode para quem? para quem não pode”.</p>
<i>Modo, local e época de produção</i>	<p>“E ter o controle de que aquilo não teve o agrotóxico né. É uma coisa minha muito minha assim, e eu carrego isso praticamente em todo preparo de refeição”</p> <p>“apesar de eu não ter assim, muita informação específica, de como que funciona mesmo o transgênico, mas eu não acho uma coisa boa não. E principalmente pelo fato de cada vez quererem esconder mais o que que é e o que que não é transgênico”.</p> <p>“Então eu sinto que a gente vem numa crescente assim sabe, de tornar essa alimentação mais e mais saudável assim nesse sentido, de saber da onde é que vem as coisas que a gente tá consumindo, de consumir as coisas sazonais, isso tudo pra mim faz parte de ser saudável sabe”?</p>

	<i>"Ai é que não é época de morango" "Ah, mas eu quero a torta de morango" Ele não quer a torta de maçã".</i>
<i>Preparo de alimentos</i>	<i>"Acho que pra mim saudável é até preparar alguma coisa eu já acho um ponto saudável".</i>  <i>"O fazer. Acho que o fazer o alimento é, aproxima muito a gente. Você poder fazer o teu alimento, aproxima bastante dessa coisa do ser saudável. O fazer acho que é bem... Porque daí você vai escolher os ingredientes e vai preparar pra você. Então acho que é isso, o saudável".</i>
<i>(2) MOTIVAÇÕES PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL</i>	
<i>Impactos da alimentação para o organismo</i>	<i>"É, já to enjoada né, mas tem que comer, vamos comer (gelos de pé de galinha). Faz bem para articulação".</i> <i>"Então tudo que eu consumo quase, é que eu leio que faz bem"</i>
<i>Características do alimento e alimentação</i>	<i>"eu vou acabar preferindo o produto que é o que não é o orgânico justamente por saber que ele acaba sendo fresco, né, querendo ou não ele tem uma rotatividade maior então acaba sendo mais fresco"</i>
<i>Estéticas e relacionadas a atividade física</i>	<i>"Ah porque a gente tenta levar uma alimentação saudável, tenta maneira uma pouco nas coisas que engordam mais né".</i>  <i>"aqui, é uma refeição que eu gosto de fazer, muito regional, que é o cuscuz. [...] Eu sei que o cuscuz tem um índice glicêmico muito alto, então eu uso pra é... pré treino, quando eu vou treinar a noite"</i>  <i>"Foi quando eu adotei a academia na minha vida que tem cerca de dois anos que daí eu senti necessidade também de fazer uma alimentação mais saudável".</i>
<i>Aspectos Psicossociais</i>	<i>"Eu acredito que essas alimentações minhas desregradadas assim, ontem eu também não mandei, mas eu comi o chips e milk shake...é quando eu to muito ansiosa, eu preciso, eu não consigo comer coisa saudável, eu quero comer besteira. Aí eu como essas coisas"</i>
<i>Impactos no ambiente e vida animal</i>	<i>"quando eu era adolescente assim, quinze, dezesseis anos vem essa história de pensar sobre as coisas, questionar né, acho que foi bem no momento de construção política mesmo, comecei a pensar [...], no próprio consumo da carne, isso aqui precisa ser pensado, porque que a gente come tanta carne, porque que a gente não sabe nem de onde vem as carnes"</i>  <i>"Porque os orgânicos no supermercado além de ser mais caro eles vêm tudo numa embalagem que na minha concepção ela quebra o que seria uma coisa orgânica, natural, né?"</i>
<i>(3) CAMINHOS PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL</i>	
<i>Campo das ações</i>	<i>"o farelo de aveia também que eu botei na alimentação, depois que comecei a fazer uma busca de alimentação mais saudável".</i>  <i>"No café da manhã né, tinha aquela coisa de comer pão de manhã. Então eu dou uma, uma segurada nisso também, coloco uma fruta e tiro o pão e faço um pouquinho esse jogo assim né".</i>  <i>"tem muita coisa que eu comecei a comer, comecei a sentir o gosto, né. [...] por mais que não fosse tão bom, eu acabei me acostumando. Hoje eu adoro berinjela, sabe? Mas tem todo um jeito de fazer, né.</i>  <i>"Aí não, mas a, assim, ai... salada, né, tudo eu sempre compro orgânico, daí Rúcula, tomate, o tomate é... alface, o que mais...? Agrião... Porque, não, é caro daí, né!Dá pra comprar"</i> <i>Ah eu acho que sempre tenho o mesmo hábito. é o alface o couve.</i> <i>Mas um pouco é isso assim, aí eu consumo uma cenoura, brócolis, couve, pimentão eu gosto bastante. São essas coisas mais tradicionais assim que eu sei o que fazer direito.</i>

<i>Campo do conhecimento, desejos e reflexões</i>	<p>“O que poderia ser resolvido caso eu parasse pra refletir o quanto a alimentação é importante na minha saúde e na minha vida, e dedicasse o tempo isso que merece. Pra entender melhor o que eu tô comendo”</p> <p>“Então essa é uma parte pra mim assim, talvez se eu tivesse que, agora que essa questão dos orgânicos tá fluindo, se eu tivesse que falar o que que é uma questão da minha alimentação que eu ainda, qual é a próxima que eu quero solucionar, seria essa, soja e milho”</p>
<b>(4) BARREIRAS E IMPEDITIVOS PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL</b>	
<i>Individuai/Pessoais</i>	<p>“Mas daí também, a vaca é alimentada com soja transgênica e enfim, a gente tá...de algum jeito a gente ingere, querendo ou não querendo, porque os animais são tudo tratado com milho e soja, e é tudo transgênico né. Se tudo que tu come vai pro teu organismo né, o deles também né. Mas eu sei que não dá né pra criar o bicho sem, comendo verde que...Então não tem condição”.</p> <p>“Eu acho que é quase impossível fugir do agrotóxico, hoje em dia. Mesmo esses orgânicos. As...às vezes eu fico com a pulga atrás da orelha. Mas tem regulamentação, é tudo, tudo bem, né?É, é, acho que é um pouco mais confiável, do que essa alface aqui, por exemplo. Mas, não sei se dá para fugir muito”.</p>
<i>Tempo, praticidade, hábito</i>	<p>“Ah quer ir numa feira, queira ir, mas aiii sair de casa. É mais por comodidade mesmo que a gente não procura”.</p>
<i>Acesso financeiro</i>	<p>“E pensar na questão econômica também, porque me vejo numa situação de privilégio de poder escolher o que eu vou comer, isso também eu considero sabe, porque ah eu posso ir lá comprar MacDuo, eu posso não sei o que. Então isso também tá vinculado no meu momento econômico, porque eu não sou de uma família que tem essa cultura de comer diversidades a gente é bem humilde assim mas depois que eu consegui pensar sobre as coisas e ter o mínimo de acesso eu pensei não então, dentro desse meu privilégio eu vou tentar escolher as melhores coisas.”</p> <p>Se eu pudesse compraria tudo que não tem agrotóxico. Mas tudo muito caro, né?! Eu acho que é pouco acessível para muita gente.</p>
<i>Acesso físico</i>	<p>Eutenho vontade de ter a minha casa pra eu poder plantar. Eu moro em apartamento. Ah, tem uns temperinhos assim né, as coisas menores né, sálvia e o manjeriço, essas coisas né, mas... difícil né, num prédio assim.”.</p>
<i>Aparência e perecibilidade</i>	<p>“Mas as vezes quando eu vejo, ah esse é orgânico e tá com uma cara boa, acho que eu vou comprar então”.</p>
<i>Exigências legais</i>	<p>“Então tem os orgânicos deles, essa do orgânico eu falei também, não é só o, também o orgânico também para você conseguir uma certificação orgânica não é nada simples né?! E assim como são as ISOS de gestão ambiental, elas também têm um sistema que, que ele pode ser bastante massacrante também ,né? Então por isso que as vezes né esse selo orgânico assim também ele tem uma exigência que isso as vezes culmina com o sistema atual”.</p>
<b>(5) CONFRONTOS, DIVERGÊNCIAS E CONFLITOS</b>	
<i>Entre o saudável e o gostoso. O nutricional e o simbólico</i>	<p>“Que nem na parte do cultural. A minha mãe insiste. Não come só estrogonofe só dessa vez, né. É uma coisa que ela gosta de fazer e todo mundo gosta, mas não o saudável fala mais alto sabe”.</p> <p>“Também tem, também um pouquinho, um pouco isso. Assim, entre...eu vou consumir barra de cereal, então entre elas quais as que são, as que aparentam ser assim, com menos sal, menos açúcar. Então, tanto pelo gosto quando pela preocupação de ser mais saudável assim”.</p>
<i>Verdades efêmeras sobre alimentação saudável</i>	<p>“A margarina também não não como mais porque dizem que faz mal. Sei lá se é verdade né, mas por via das dúvidas não como”.</p> <p>“depois o ovo eu não sei qual que é... Tem que ver se agora ovo tá saudável ou não tá saudável. Eu não sei se tá saudável ou não”.</p> <p>“é, aí aqui tem uma contradição né, os agrotóxicos não são saudáveis. A gente tá comendo pesticidas na nossa refeição. E quando eu vou na feira, por mais</p>

	<p>que eu esteja buscando algo saudável, tá cheio de agrotóxico. Mais ou menos isso”.</p> <p>“quando eu comecei a comer o Kefir, eu tentei colocar chia. Acho que às vezes, porque as coisas meio que entram na moda, vai, a gente vai...É, não sei se acompanha a moda, mas...Enfim. É, a chia e, só chia, eu acho”.</p>
Privação, controle e culpa	<p>“Ontem eu ainda me segurei, né [...] primeiro, eu falei " Ah vontade de tomar um cafézão, assim, ali na padaria" [...] e aí ela acabou indo, ela acabou comprando uma empada e um monte de coisa lá. E eu fiz uma tapioca: “não, eu vou ser forte!”</p> <p>“É que as vezes é isso assim, as vezes eu gostaria de preparar alguma coisa, mas eu não lembrei de fazer compra por exemplo, aí fico agoniado assim, aí eu não sei se eu cedo e vou comprar alguma coisa pronta. Tipo, ontem foi clássico assim, eu tava com fome mas não tinha nada fácil de preparar, não tinha nada saudável pra preparar também”</p> <p>“Olha, ultimamente eu me sinto um pouco! Porque eu tô indo na academia. Aí eu fico pensando: "Meu Deus, eu vou malhar horrores, não vou perder nem isso aqui que eu estou comendo agora!" Aí eu fico culpada. Mas é mais por conta da academia, porque eu não tinha essa culpa antes. Era mais tipo, comer é bom, não é?. Nessa minha tentativa de emagrecer, né?!”.</p> <p>“Não, então, eu acho que, é até um pouco psicológico isso meu assim sabe, não considero saudável, como com culpa. Como, mas como com culpa e depois me culpo. Não consigo me entregar para aquele momento, que eu realmente posso fazer aquilo”</p>
Insuficiência de informações	<p>“Mas pra mim, no fundo, assim, eu acho que não é legal, porque já é uma coisa modificada, sabe? Então seria estranho por esse motivo. Mas também, não, vai que é, vai que é, vai que é uma coisa muito moderna. Tem um monte de coisa transgênica e que é boa, não, não sei, não saberia te dizer.”</p>
Conflito entre valores importantes da vida	<p>“Ah era sempre algo policialesco (período que não come carne) que eu ficava olhando, ah gente que vontade, daí eu perdurei assim até um ano sem comer assim, eu na verdade não comia carne e comia peixe, mas percebi que é muito do círculo de pessoas que tu convive, eu convivia muito com pessoas que não comem carne então ficava de boa, mas depois que eu convivi com pessoas que comem carne daí eu ah não realmente existe um mundo que as pessoas comem carne, quero estar nele”.</p> <p>“Aí entra, tá vendo que sempre bate naquela porta. Algumas das minhas portinhas, ou é agrotóxico, ou é procedência ou é o fresco sabe, daí eu fico. Cara eu sou muito satisfeita assim com minha questão sabe. Eu vou consumir, mas tudo eu consumo sabendo que aquilo é o sistema erradão. Sabe que é uma coisa assim que eu não compactuo, eu fico bem assim sabe, eu fico pensando. Tanto que quando eu vou na casa dos meus amigos que é no meio do mato eu fico Ahhhhh [...], cadê a horta, se tem horta eu pergunto, tem pomar. Eu fico assim perguntando”</p> <p>“Ah a soja, óleo de soja. Quando eu era vegetariana eu comia muita soja. Daí eu pensei, não gente eu tô vegetariana mas eu como soja, começo a pensar qual a tradição do negócio, porque a soja, meu deus, tem toda uma indústria dos boi e tãtãtã, mas tem a soja também, daí eu ah então vou comer carne, mas não é uma coisa que eu goste muito não da soja, eu comia porque tá em toda a questão de não comer carne”.</p>
<b>(6) RESULTADOS DAS MUDANÇAS NA ALIMENTAÇÃO</b>	
Aquisição de novos conhecimentos	<p>“Então a feirinha orgânica ela é legal porque tem o que tem ali né, o que foi, o que é da época. E também o que é da época eu também li que é o que a gente precisa no momento. No inverno tem bastante laranja, tem, que é o que a gente tem uma necessidade maior”</p>

	<p>“porque eu não cozinhava! Morava com os meus pais, era bem nova ainda, e eles nem sabiam o que cozinhar, né. Aí eu comia todo dia na rua,[...] Mas depois eu comecei a me interessar por cozinhar também, por querer buscar informação.</p>
Troca/Transmissão de conhecimentos	<p>“Mas eu acho que vem também das minhas amigas, a gente troca muito isso, trocava as PANC's e tudo, acho que vem daí”.</p>
Descobrimo novas possibilidades alimentares	<p>(a partir da compra de cesta coletiva) “E pode ter, tem ainda, tem uma batata desse tamanho semana passada, eu não sei o que ela é, ela é uma batata inglesa, não é doce. Eu não sei como ela se chama e a gente teve que descobrir o que fazer com ela assim. Cozinhar, vamo cozinhar e ver como é que fica, qual é a textura e não sei o que. Então assim, têm umas coisas que tu não sabe muito bem o que que é, umas coisas que a gente nunca compraria... E isso é muito legal. [...] Enfim, então é isso, a gente vai descobrindo as coisas né, é outra relação eu acho com a comida.</p> <p>“no sacolão que a gente tava completamente automatizada, sabe? A gente entrava e já sabia onde é que tava as, todas as coisas que a gente compra e as coisas que a gente não compra eu já quase nem enxergava elas. Então não, nunca ia sair da rotina, sabe? Eu nunca ia comprar um inhame”</p>
O saudável pode ser gostoso	<p>“Tipo, que eu fico mais feliz assim mesmo quando algum preparo bem, que eu vou considerar saudável e que fica bom assim. Aquele bolo que eu falei ou quando como uma fruta que tá bem boa assim, aí eu me sinto muito bem. Mais do que quando eu preparo tipo, mais do que quando eu encho um ovo de bacon assim, por mais que esteja gostoso, não é o mesmo prazer. São sensações distintas”.</p>
Adaptando diferentes necessidades alimentares para comer junto	<p>“Acho que isso no meu contexto não atrapalha porque eu fotografei várias amigas que são ligadas na questão da alimentação, são veganas, cozinham, tem toda uma questão que eu acho que isso não interfere da gente compartilhar algo bem saudável e orgânico, e bem feito com carinho, então acho que no meu contexto isso não atrapalha não, pode ser qualquer tipo de alimento”</p>
Consumindo mais orgânicos	<p>“as eu acho engraçado porque a partir do momento que a gente começou a comprar aqui (orgânicos), a gente não conseguia mais não comprar orgânico nos outros lugares, sabe?”</p> <p>“Aqui também coloquei dentro do propósito de coisas que eu procuro, ir nas feiras orgânicas né, comprar aquilo. Não é tudo que eu compro, porque a questão de preço ainda é uma limitação. Mas nas feiras a gente consegue encontrar os orgânicos num preço bem acessível”</p>
Estabelecendo restrições alimentares	<p>“dia do lixo né que a gente fala, não hoje a gente vai jucar mesmo”</p> <p>“Então eu registrei, porque tinha que ter registrado como um down, assim, né, uma coisa negativa né, pra não ficar muito no negativo e não ter nada sendo nutritivo positivo, então é importante ter esse registro, porque ó, esse dia foi mais ou menos lixo, né”</p>

## (1) O QUE É ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL OU NÃO SAUDÁVEL

O que chamamos de *Tipo e composição do alimento* foi evidentemente o que foi mais considerado como parte de uma alimentação saudável. Nessa categoria o saudável foi referente sobretudo ao controle ou presença de alimentos, ingredientes e nutrientes específicos. Destaque para o controle do consumo de carboidratos, de gordura ou alimentos gordurosos e frituras, de açúcar (sobretudo açúcar branco) e doces e alimentos industrializados. Nesse sentido uma alimentação saudável também esteve relacionada ao

conhecimento da composição dos alimentos, não sendo considerado saudáveis alimentos que gerassem desconfiança quanto aos seus ingredientes, seja pela durabilidade, processamento e industrialização. O controle no consumo de carboidratos esteve relacionado não somente a quantidade como também ao tipo (alimento fonte de carboidrato). O consumo de diferentes fontes de carboidratos em uma única refeição foi visto como não saudável, assim como o consumo de carboidratos a noite. O consumo de glúten ora como parte de uma alimentação saudável ora como não saudável, independente da presença de alguma patologia associada ao seu consumo.

Em relação a presença de alimentos e nutrientes, o consumo de proteínas (sobretudo carne e ovos), saladas, legumes, frutas, alimentos integrais e fontes de fibras (linhaça, chia, aveia, quinoa) e vitaminas foram referidos como importantes para uma alimentação saudável. Alguns entrevistados consideraram imprescindível a presença de proteína e salada para que a refeição fosse considerada saudável. Evitar o consumo de refrigerantes, embutidos, biscoito doce, *fast food* também foi mencionado. Ao mencionar a buscar por refeições nutritivas e os diferentes nutrientes importantes para uma alimentação saudável os indivíduos mencionaram o equilíbrio de nutrientes na composição do prato/refeição.

Apesar de Florianópolis estar localizada em uma ilha o consumo de peixe ou frutos do mar não foi muito mencionado pelos participantes. O consumo de salmão e atum enlatado foram vistos como boas fontes de gordura, assim como o consumo de abacate e amendoim. O consumo de carne quando visto como não saudável foi relacionado a morte animal e insegurança quanto a presença de hormônios e questões higiênico sanitárias.

A *Relação do indivíduo com o modo de consumo* também foi considerada importante ao se pensar em uma alimentação saudável. O equilíbrio na alimentação foi fundamental para que a dicotomia entre o saudável e não saudável fosse mais flexível, a depender do contexto e da frequência do que do alimento em si. Ou seja, alimentos antes considerados não saudáveis poderiam ser vistos como saudáveis por serem consumidos esporadicamente, em momentos festivos, encontros, dentre outras ocasiões. Além disso, o controle na quantidade consumida e a variedade fizeram parte daquilo que foi considerado saudável. A alimentação saudável também foi associada à dieta, no sentido de restringir o consumo de determinados alimentos, de modo geral com foco na redução do peso ou prática de atividade física.

Embora em menor proporção, para uma alimentação ser considerada saudável, aspectos quanto ao *Modo, local e época de produção* foram considerados. Origem,

sazonalidade, transgenia e presença de agrotóxicos foram considerados importantes para uma alimentação saudável. Esses dois últimos pareceram estar mais relacionados a importância em conhecer a composição dos alimentos, assim como no caso da presença de corantes, conservantes e aditivos em geral presentes nos alimentos industrializados (categoria de *Tipo e composição do alimento*). Ademais, ser transgênico e ter agrotóxico também não foi relacionado a uma alimentação saudável, no sentido de que um alimento ou alimentação continuaria sendo saudável, mesmo que contendo esses elementos.

O *Preparo de alimentos em casa* foi visto como saudável principalmente pelo maior controle quanto ao que se está consumindo.

## **(2) MOTIVAÇÕES PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

Diversas foram as motivações para que os indivíduos começassem a pensar, se preocupar e modificar a alimentação em direção àquilo que era considerado pelos mesmos como mais saudável. *Os Impactos da alimentação para o organismo* foi o principal motivo para a busca por uma alimentação saudável. Alimentos foram inseridos na alimentação ou são consumidos por fazerem bem ao organismo, assim como alimentos que fazem mal eram evitados ou controlados. Quando especificados benefícios e malefícios à saúde esses foram relacionados principalmente a: articulação (gelo de pé de galinha, açafrão), estômago (louro), intestino (biomassa, mamão, kefir, fibras), regulação hormonal (hibisco), aumento de progesterona (soja), má digestão (gorduras, frituras, salgadinhos, carnes, cebola, leite, glúten, ovo). Porém, na maioria das vezes os entrevistados apenas referiram “faz bem” ou “faz mal”, porque leram em algum lugar ou foram informados por alguém, sem saber explicar exatamente o motivo. O consumo de agrotóxicos e transgênicos foi visto como não saudável principalmente por questões individuais, sendo os malefícios ao organismo do consumo de alimentos contendo agrotóxico mais evidente do que ao consumo de transgênico. Consumir alimentos leves e que dão energia e evitar alimentos pesados também compuseram a categoria.

A busca por uma alimentação saudável também foi motivada por questões *Estéticas e relacionadas a atividade física*, centradas na preocupação com o controle de peso, medo de engordar ou desejo de emagrecer. O medo de engordar foi relacionado não somente a questões estéticas, como também por preocupações com a saúde. A realização da prática de atividade física também levou a modificações na alimentação em direção ao que era considerado mais saudável, não somente no que ao controle do peso, como também a busca por padrões de beleza.

Características consideradas positivas dos alimentos ou da alimentação como um todo motivavam escolhas mais saudáveis, sendo essas: frescor, sabor, preço, variedade, origem conhecida. Alguns participantes referiram fazer escolhas em prol de questões ambientais, (principalmente relacionado a geração de resíduos) e em defesa da causa animal, relacionando o impacto negativo tanto do consumo de carne quanto do agronegócio. As motivações para escolhas por alimentos sem agrotóxicos, derivados de soja e milho transgênicos, locais, sazonais quando associada a alimentação saudável foram pouco relacionadas a questões de sustentabilidade. Outros participantes referiram escolhas motivadas pelo que denominamos de *Aspectos Psicossociais*. Indivíduos mencionariam questões psicológicas como ansiedade para escolhas consideradas não saudáveis. Já as questões sociais variaram desde aspectos políticos a questões relacionadas ao papel social da alimentação como compartilhar refeições, sentar à mesa, dentre outros. Isso quer dizer que, aquilo que inicialmente era visto como não saudável, poderia ser visto como saudável quando se tratava desses momentos de encontro, festividades, etc., inclusive diante da esporadicidade desses momentos.

### **(3) CAMINHOS PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

Identificamos que os caminhos para alimentação saudável estavam acontecendo no *campo das ações*, por meio de atitudes concretas, já inseridas na rotina dos indivíduos., Por outro lado, observou-se um processo de sensibilização pelo qual os indivíduos estavam passando, relacionados ao *campo do conhecimento, desejos e reflexões* sobre o modo atual da alimentação e as possibilidades de mudança do que vem praticando.

Nessa categoria os indivíduos versavam sobre diferentes temas que já foram apresentados nas definições sobre alimentação saudável e refletiam sobre possíveis caminhos para alcançá-la.

Nesse sentido, os indivíduos mencionaram ações relacionadas a definição das escolhas e preferências, preparo de alimentos, aquisição e cultivo de alimentos e definição de uma rotina alimentar.

Ao definir suas escolhas e preferências, grande parte dos indivíduos buscaram realizar substituições, inclusões ou exclusões seja na aquisição, preparo ou consumo de alimentos. A substituição de carboidratos considerados ruins foi a principal ação realizada nesse sentido, sendo o pão o principal alimento substituído. Alguns indivíduos referiram

especificamente a substituição do pão industrializado em função do processamento e ingredientes presentes. A escolha de alimentos contendo menos ingredientes ou o mais próximo do feito em casa também foi referida para outros alimentos. Para obter informações e selecionar os alimentos industrializados considerados mais saudáveis os entrevistados faziam uso da leitura do rótulo. Outras substituições de carboidratos realizadas foram de massas, açúcar branco, farinha branca. Enquanto para algumas pessoas o glúten era visto como parte de uma alimentação saudável (categoria 1), outros buscaram retirá-lo da alimentação. Uso exclusivamente de sal rosa e açúcar *fit* também foi mencionado, bem como estratégias como tomar água com gás para substituir refrigerante e consumir mel para saciar a vontade de comer doce. Pratos vegetarianos ou sem produtos de origem animal, o consumo de plantas alimentícias não convencionais e evitar alimentos transgênicos foram caminhos adotados por poucos indivíduos.

O hábito de ir à feira, o cultivo de alimentos em casa, em maior ou menor quantidade e variedade e a aquisição de alimentos orgânicos (via feira ou cesta de alimentos), locais, da agricultura familiar, foram caminhos adotados por alguns indivíduos. Essa aproximação dos indivíduos com a origem do alimento, no sentido de ser cultivado em casa apareceu principalmente nas falas daqueles cujos pais, avós ou alguém da família tem ou teve sítio ou alimentos cultivados em casa e cujos sujeitos já tiveram esse contato prévio e tentavam ou gostariam de manter esse hábito. Quando não conseguiam, referiram trazer alimentos “cultivados no interior” ou “cultivados na horta”.

Por considerar alimentos caseiros mais saudáveis os entrevistados, em sua maioria, cozinhavam em casa (sempre que possível) e buscavam modo de preparo mais saudáveis ou que favorecessem o preparo das refeições em casa. Apesar do ato de ter sido classificado no campo das ações para uma alimentação saudável, ou seja, algo já realizado pela maioria dos entrevistados, observamos que esse foi um processo de aprendizagem influenciado por diversos fatores e que ocorria em diferentes níveis de complexidade.

Alguns participantes referiam não variar muito os alimentos preparados, cozinhar alimentos considerados básicos (arroz, feijão, macarrão, dentre outros) ou diferenciavam os alimentos preparados por eles daqueles considerados mais elaborados. No entanto, demonstraram esforço ativo na busca pelo preparo dos alimentos em casa: aprendendo a gostar de cozinhar, aprendendo a sentir o gosto dos alimentos e provando novos sabores, aprendendo a cozinhar com outras pessoas, acompanhando programas de TV sobre comida, cozinhando com auxílio de livro de receita, arriscando eventualmente o preparo de alimentos diferentes, dentre outros. Outros referiram autonomia ao cozinhar, inclusive

fazendo adaptações de receitas, cozinhando com os ingredientes disponíveis na geladeira e conforme sazonalidade e cozinhando utilizando técnicas que melhoravam o sabor do alimento. Estratégias para facilitar o consumo dos alimentos considerados saudáveis e reduzir o de não saudáveis também foram citadas. Apesar de o estabelecimento de uma rotina ser visto como importante para a busca de uma alimentação saudável, foi percebido também uma automatização da compra. Os indivíduos também referiram preocupação com a quantidade de alimentos consumidos.

Mesmo que não materializados, caminhos para a busca de uma alimentação saudável também se apresentaram na forma de conhecimento, desejos e reflexões. Identificamos que os indivíduos buscavam a troca de conhecimento e informação. O sentimento de desconfiança, questionamento, preocupação esteve presente, por exemplo, em relação ao modo de produção de alimentos, da cadeia produtiva, origem e informações do rótulo. A embalagem inclusive foi percebida como algo que distancia da origem do alimento. Também demonstraram o conhecimento no sentido de identificar a necessidade de mudança, reconhecendo que a alimentação pode melhorar, mas não necessariamente refletindo na escolha. Foi mencionado, por exemplo a necessidade de sair da “zona de conforto” para aquisição de alimentos orgânicos. Nessa categoria os indivíduos demonstraram perceber a necessidade de mudanças no sistema produtivo de alimentos sob diversos aspectos. Por exemplo, relacionando uso de agrotóxicos a questões econômicas e a produção de alimentos transgênicos, bem como desses com a cadeia produtiva animal e impacto ambiental. Alguns buscavam o conhecimento sobre PANC e associavam o seu consumo ao resgate de sabedoria tradicional, reconhecendo a cultura alimentar como algo que precisa ser valorizado.

Além dos questionamentos e reconhecimento da necessidade de mudança em alguns aspectos da alimentação em direção a uma alimentação saudável, os indivíduos manifestaram desejo de que essa mudança, em algum momento, se concretizasse. Esses foram centrados do desejo de cultivar alimentos em casa, consumir soja e milho orgânicos, deixar de consumir carne ou fazer dia sem carne, de resgatar e se conectar mais com alimentos tradicionais.

#### **(4) BARREIRAS E IMPEDITIVOS PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

As principais barreiras para alimentação saudável foram relacionadas a questões em nível individual. Essas versavam sobre dificuldade no sentido de conseguir atingir o que considera saudável (controlar o consumo de determinados alimentos, controlar a

quantidade de alimentos consumidos, dentre outras); relacionadas ao *Conhecimento, criatividade e interesse* e a um certo *Conformismo* com o sistema atual e com a sua alimentação.

Questões relacionadas a *Tempo e praticidade e Acesso financeiro e físico* também estiveram fortemente presentes e se relacionaram no sentido de influenciar tanto a seleção do local de compra quanto dos produtos, bem como o preparo de alimentos em casa e a escolha daquilo que será preparado. O mesmo ocorreu em relação a *Aparência e perecibilidade* de alimentos considerados saudáveis, que dificultava o consumo dos mesmos.

Por exemplo, a aquisição de alimentos em feiras apesar de muitas vezes ser vista como favorável em função do preço, tinha o tempo e a praticidade como barreira, uma vez que nem sempre era possível encontrar todos os produtos desejados. Por outro lado, a aquisição em supermercados dificultava a percepção da sazonalidade, favorecia a aquisição contínua dos mesmos produtos, refletindo praticidade e formação de um hábito. Esse hábito estabelecido, por sua vez, dificultava a ampliação da variedade da alimentação, inclusive a inclusão de alimentos orgânicos. Preço, aparência e acesso físico também foram barreiras para a aquisição desses produtos. Exigências legais para certificação de orgânicos foi visto como barreira para disponibilidade e preço dos mesmos.

## **(5) CONFRONTOS, DIVERGÊNCIAS E CONFLITOS**

Foi observado que os indivíduos por vezes passavam por alguns conflitos e divergências ao buscar uma alimentação saudável. Esses ocorriam por questões mais pessoais, internas, por exemplo, decorrente de um confronto entre aquilo que o indivíduo gostava ou queria consumir e aquilo que era por ele considerado saudável. O mesmo também foi observado ao fazerem referência a necessidade de consumir determinados alimentos que não gostam ou não estão habituados, mas que precisariam consumir por ser saudável. Foram expressos conflitos entre diferentes valores considerados importantes, como, por exemplo, o consumo de carne por gosto, hábito, tradição e a consciência da importância do vegetarianismo para o sistema alimentar (Desejos expressos na categoria 3 – Caminhos para uma alimentação saudável). Esses conflitos em alguns momentos eram manifestados na forma de sentimento de tristeza e frustração: *“Mas quando eu tomei com cacau me deu uma tristeza”* (expressando a tentativa de tomar leite vegetal).

O consumo de alimentos considerados não saudáveis ainda foi expresso na forma de incômodo, privações e sentimento de culpa. Foi observado resistência ao consumo - “eu vou ser forte”; a prática de atividade física como justificativa para poder consumir outros alimentos no final de semana e um esforço para não fazer pressão sobre si mesmo pelas “regras” criadas relacionadas a alimentação saudável – “tento não fazer terrorismo”. Ainda, o sentimento de culpa ao consumir um alimento que considera não saudável (portanto deveria ser evitado) foi evidente - “eu como, mas depois eu me culpo”. Por vezes esse sentimento de culpa estava associado ao fato de realizar alguma prática de exercício físico.

Observamos também incertezas e dúvidas decorrentes de fatores externos como informações insuficientes provenientes das mais diferentes fontes consultadas pelos indivíduos, bem como informações científicas ou não que se alteram ao longo do tempo. Essas foram principalmente relacionadas a questões nutricionais e de saúde (fazer ou não malefícios ao organismo). Por exemplo, os sujeitos referiram que os debates em relação aos malefícios dos transgênicos e agrotóxicos para a saúde ainda são insuficientes ou que consomem vegetais e frutas pensando ser saudável, mas que poderia não ser por ter agrotóxicos.

## **(6) RESULTADO DAS MUDANÇAS NA ALIMENTAÇÃO**

Ao buscar realizar uma alimentação mais saudável observamos que os indivíduos adquiriram novos conhecimentos e também buscavam transmiti-los. Esses foram principalmente relacionados a aprender a cozinhar e ter prazer em fazê-lo. Sob esse aspecto, o vegetarianismo estimulou a cozinhar e conhecer alimentos diferentes. Os participantes referiram compartilhar tantos conhecimentos culinários (troca de receitas), nutricionais (informações dos nutrientes dos alimentos) e sobre Plantas Alimentícias não convencionais, com amigos e familiares.

Destaca-se que a compra em feiras, a própria busca por uma alimentação mais saudável, a compra de orgânicos e, principalmente, a aquisição de orgânicos via cesta de alimentos possibilitaram que os indivíduos ampliassem a variedade da alimentação, sendo uma oportunidade de conhecer novos alimentos e aprender a prepará-los. Ao contrário da compra em supermercados que favorecia a automatização da compra.

Esse conhecimento, troca de informações, ampliação das possibilidades alimentares proporcionada pela alimentação saudável, por vezes refletiu na mudança de percepção em relação a gostar ou não de determinado alimento e/ou preparação. Dessa

forma, alimentos considerados saudáveis passaram não somente a ser consumidos como vistos como mais saborosos. Apesar disso, o gosto dos alimentos não foi reconhecido como parte uma alimentação saudável.

## **Discussão**

Este estudo buscou explorar e compreender a relação dos indivíduos com alimentação saudável, investigando qual a percepção sobre o saudável no contexto alimentar, se aspectos simbólicos e sustentáveis fazem parte do que os indivíduos reconhecem como saudável e como são incorporados na alimentação saudável. A análise temática sob o fenômeno resultou em 6 principais categorias: (1) O que é alimentação saudável ou não saudável, (2) Motivações para alimentação saudável, (3) Caminhos para alimentação saudável, (4) Barreiras e impeditivos para alimentação saudável, (5) Confrontos, divergências e conflitos e (6) Resultado das mudanças na alimentação.

Os indivíduos não deixam de inserir esses momentos em suas vidas, porém, o papel social e simbólico da alimentação pareceu não ser visto como parte de uma alimentação saudável. Alguns indivíduos, no entanto, flexibilizavam o que é ou não saudável por considerar todo o contexto do ato de se alimentar – “não é saudável, mas é esporádico” (ocorrendo em festividades, encontros, confraternizações ou ainda suprimindo desejos e vontades). Essa flexibilidade esteve relacionada ao conceito de equilíbrio que os indivíduos referiram fazer parte de uma alimentação saudável. Diferentemente de outros estudos nos quais o conceito de equilíbrio associado a alimentação saudável foi visto de modo vago e pouco explorado (PAQUETTE, 2005; DICKSON-SPILLMANN; SIEGRIST, 2011; HAMMER et al., 2015).

Apesar disso, por vezes, o peso do comer algo “não saudável” resultou em *Conflitos, confrontos e divergências* como sentimento de culpa, frustração e tristeza. Isso pode ser reflexo das orientações para promoção de uma alimentação saudável que tende a classificar os alimentos em proibidos ou permitidos. No entanto, abordagens alternativas orientam o indivíduo a aceitar todos os alimentos ao invés de classificá-los como bons ou ruins, podendo resultar em benefícios à saúde corporal e mental, como melhoria da autoestima e redução na insatisfação corporal, distúrbios alimentares e depressão (HEALY et al, 2015; VAN DYKE; DRINKWATER, 2014).

Em estudo de Schoenberg et al. (2013) realizado com a população rural da região do Apalachia<sup>32</sup> nos Estados Unidos, ter uma alimentação saudável foi visto como um sacrifício e algo inconveniente por estar associada a pouca ingestão de alimentos e restrição de determinados alimentos (refrigerantes, pão branco, frituras, sobremesas, alimentos mais gordurosos). Os entrevistados associaram alimentação saudável a termos como “faminto” ou “fazer/preparar sem”. Alimentos não saudáveis eram considerados gostosos, portanto, vistos como um prêmio ou algo que se come quando não se está bem (emocionalmente) (SCHOENBERG et al. 2013).

Ainda no que se refere a questões/ simbólicas da alimentação, o consumo de alimentos tradicionais, culturais ou parte da história familiar foram associados ao contexto de saudável somente quando estimulado pelo pesquisador. Somente uma pessoa fez referência a importância de resgatar e manter conhecimentos tradicionais e considerou a cultura alimentar do país algo que precisa ser valorizado. Na maioria dos casos, os indivíduos consideravam esses alimentos saudáveis ou não saudáveis em função dos ingredientes presentes e eventualmente mencionaram a importância de substituí-los para se tornar saudável ou, tendo em vista, a baixa frequência de consumo, era considerado algo saudável.

Do mesmo modo, aspectos de sustentabilidade como consumo de alimentos sem agrotóxicos e sem ingredientes transgênicos foram vistos como saudáveis diante dos impactos negativos desses para a saúde. Acredita-se que essa sinergia entre o saudável, simbólico e sustentável deveria ser reconhecida e estimulada na prática de promoção da alimentação saudável, frente aos desafios da saúde e ambiente. Junges (2001) refere a urgência de uma perspectiva humana que ultrapasse as necessidades individuais e que considere as interdependências com os demais seres vivos e ecossistema. Um consumo saudável englobando aspectos além dos individuais reflete uma tomada de decisão também pautada em elementos relacionados a ética e a moral, para além de um simples consumo de alimentos (RISTOVSKI-SLIJEPCEVIC; CHAPMAN; BEAGAN, 2008).

Muitas vezes os indivíduos ainda demonstraram incertezas quanto aos malefícios dos agrotóxicos ou transgênicos para a saúde diante da insuficiência das

---

<sup>32</sup> Appalachia é uma região geograficamente e culturalmente diversificada de 410 municípios em 13 estados que contém quase 22 milhões de pessoas, ou 8,3% do total de habitantes dos Estados Unidos. Os municípios Apalaches do Kentucky têm indicadores de status socioeconômico entre os mais baixos nos Estados Unidos. Em 2006, a taxa de pobreza dos Apalaches era quase o dobro do da nação como um todo.

informações, informações controversas ou falta de conhecimento. Essas por vezes se refletiam em *Conflitos, confrontos e divergências*, principalmente no caso de vegetais e frutas (considerados saudáveis nutricionalmente). Em função da influência da publicidade e do marketing de alimentos nas escolhas e hábitos alimentares, a Organização Mundial da Saúde alerta que essas mensagens não devem induzir o consumidor ao erro sobre os benefícios e riscos nutricionais dos alimentos (WHO, 2004). No entanto, as intervenções nutricionais e discursos de profissional da saúde costumam ser restritas à difusão de informações sobre benefícios e malefícios de determinados alimentos e nutrientes (PAQUETTE, 2005; CASTRO et al., 2007), abordagem que parece ser questionável e insuficiente (TORAL; CONTI; SLATER, 2009).

É importante destacar que ao apontar os “*Caminhos para uma alimentação saudável*” as questões nutricionais foram aquelas que estiveram mais no que denominamos de Campo das ações. Enquanto que aspectos de sustentabilidade estão mais presentes no que denominamos de Campo de conhecimento, desejos e reflexões. A aquisição de alimentos orgânicos foi a ação que mais pareceu estar incorporada na rotina de algum dos entrevistados, apesar de preço, aparência, frescor e dificuldade de acesso (físico) serem mencionados como barreiras para a compra. Nesse sentido, observou-se algumas conceituações errôneas em relação a cadeia curta de alimentos, por exemplo, ao associar alimentos vendidos no supermercado como mais frescos em função da alta rotatividade (colhido e vendido) e alimentos orgânicos encontrados nas feiras como menos frescos.

Sabe-se que as concepções sobre alimentação saudável são apenas um aspecto das escolhas alimentares. Porém, acredita-se que um indivíduo com uma percepção holística sobre alimentação saudável possa realizar escolhas também mais saudáveis, considerando as diversas dimensões, inclusive a nutricional. Por exemplo, ao considerar a dimensão sustentável nas suas escolhas os indivíduos também valorizarão consumo maior de frutas, legumes e verduras, isentos de agrotóxicos, portanto com um maior valor também nutricional. Ainda, consumirão alimentos locais, de cadeia curta, valorizando o pequeno produtor, o alimento parte da cultura local (dimensão simbólica e social); portanto sazonais e, possivelmente, também com maiores teores de nutrientes pelo um melhor aproveitamento do clima e solo.

## Conclusão

Ao analisarmos as percepções sobre alimentação saudável identificamos conceituações, motivações, caminhos, barreiras, conflitos e resultados relacionados a alimentação saudável. Questões nutricionais e de saúde se sobressaíram em relação a questões sustentáveis e simbólicas. Apesar de os indivíduos citarem ações que contribuiriam para sustentabilidade, como aquisição de alimentos orgânicos, cultivo de alimentos, aquisição de alimentos em feiras, preferência por alimentos frescos, por produtos locais, dentre outras, as motivações para a mesma não se relacionavam a questões sustentáveis. Ademais, as ações já inseridas no dia a dia dos indivíduos eram centradas em questões nutricionais, ficando a sustentabilidade mais no campo dos desejos e reflexões.

Nem sempre o saudável foi visto como dicotomia (saudável ou não saudável), a depender do contexto em que o indivíduo estava inserido e frequência de consumo dos alimentos, no entanto, seja por questões individuais ou influencias externas, foi observado conflitos entre o que poderia ou não ser consumido, por vezes resultando em culpa e privações.

Apesar de aspectos simbólicos (gosto, compartilhamento de refeições, cozinhar/prazer, alimentos culturais) serem considerados importantes, não foram relacionados ao saudável. Desse modo, o saudável não tinha uma abordagem holística na percepção dos indivíduos investigados. Nossos resultados possibilitaram sistematizar as percepções sobre alimentação saudável e identificar aspectos prioritários para incorporação de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável. Assim, pode auxiliar na melhoria das estratégias de promoção de uma alimentação saudável, fortalecendo os indicadores das dimensões sustentáveis e simbólicas nas discussões. Ainda, estimular profissionais de saúde a pensar na promoção de uma alimentação saudável para além de aspectos nutricionais. Desse modo, os resultados podem auxiliar para escolhas realmente mais saudáveis e conscientes.

## REFERÊNCIAS

- ALLEN, T.; PROSPERI, P.; COGILL, B.; FLICHTMAN, G. Agricultural biodiversity, social-ecological systems and sustainable diets. **Proceedings of the Nutrition Society**, v.73, n.4, p.498-508, 2014.
- ASCHEMANN-WITZEL, J. Consumer perception and trends about health and sustainability: trade-offs and synergies of two pivotal issues. **Current Opinion in Food Science**, v.3, p.6-10, 2015.
- BANKS, M. **Dados visuais para pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Artmed, 2009, 176p.
- BARRATT, J. Diet-related knowledge, beliefs and actions of health professionals compared with the general population: an investigation in a community Trust. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.14, p. 25-32, 2001.
- BECH-LARSEN, T.; GRUNERT, K. G. The perceived healthiness of functional foods - A conjoint study of Danish, Finnish and American consumers' perception of functional foods. **Appetite**, v.40, n.1, p.9-14, 2003.
- BISOGLI, C. A.; JASTRAN, M.; SELIGSON, M.; THOMPSON, A. How People Interpret Healthy Eating: Contributions of Qualitative Research. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v.44, n.4, p.282-301, 2012.
- BOUTELLE KN, BIRKELAND RW, HANNAN PJ, STORY M, NEUMARK-SZTAINER D. Associations between maternal concern for healthy eating and maternal eating behaviors, home food availability, and adolescent eating behaviors. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 2007;39:248–256.
- BOYLAN, S.; LOUIE, J. C. Y.; GILL, T. P. Consumer response to healthy eating, physical activity and weight-related recommendations: a systematic review. **Obesity Reviews**, v.13, n.7, p.606-617, 2012.
- CARVALHO, C. M. R. G.; NOGUEIRA, A. M. T.; TELES, J. B. M.; PAZ, S. M. R.; SOUSA, R. M. L. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. **Revista de Nutrição**, v.14, n.2, p.85-93, 2001.
- CASTRO, I. R. R.; SOUZA, T. S. N.; MALDONADO, L. A.; CANINÉ, E. S.; ROTENBERG, S.; GUGELMIN, S. A. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação. **Revista de Nutrição**, v.20, n.6, p.571-88, 2007.

DALLONGEVILLE, J., MARÉCAUX, N., COTTEL, D., BINGHAM, A., AMOUYEL, P. Association between nutrition knowledge and nutritional intake in middle-aged men from Northern France. **Public Health Nutrition**, v.4, p.27–33, 2001.

DICKSON-SPILLMANN, M.; SIEGRIST, M. Consumers' knowledge of healthy diets and its correlation with dietary behaviour. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.24, n.1, p.54-60, 2011.

EERTMANS, Audrey et al. The Food Choice Questionnaire: Factorial invariant over western urban populations?. *Food quality and preference*, v. 17, n. 5, p. 344-352, 2006

FREIDIN, B. Alimentación y riesgos para la salud: visiones sobre la alimentación saludable y prácticas alimentarias de mujeres y varones de clase media en el Área Metropolitana de Buenos Aires. **Salud Colectiva**, n.12, v.4, p.519-536, 2016.

GILLMAN, MATTHEW W. et al. Breast-feeding and overweight in adolescence: within-family analysis. *Epidemiology (Cambridge, Mass.)*, v. 17, n. 1, p. 112, 2006.

GOLDBERG, J. P. Nutrition and health communication-the message and the media over 1/2 a century. **Nutrition Reviews**, v.50, n.3, pp.71–7, 1992.

GRUNERT, K. G.; WILLS, J. M.; FERNÁNDEZ-CELEMÍN, L. Nutrition knowledge, and use and understanding of nutrition information on food labels among consumers in the UK. **Appetite**, v.55, n.2, p.177-189, 2010.

HAMMER, B. A.; VALLIANATOS, H.; NYKIFORUK, C. I. J.; NIEUWENDYK, L. M. Perceptions of healthy eating in four Alberta communities: a photovoice project. **Agriculture and Human Values**, v.32, n.4, p.649-62, 2015.

HARPER, D. Talking about pictures: a case for photo elicitation. **Visual Studies**, v.17, n.1, 2002.

HEALY, N.; JORAM, E.; MATVIENKO, O.; WOOLF, S.; KNESTING, K. Impact of an intuitive eating education program on high school students' eating attitudes. **Health Education**, v.115, n.2, p.214-228, 2015.

JENNINGS, H. M.; THOMPSON, J. L.; MERRELL, J.; BOGIN, B.; HEINRICH, M. Food, home and health: The meanings of food amongst Bengali Women in London. **Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine**, v.10, n.1, 2014.

JOMORI, M. M.; PROENÇA R. P. C.; CALVO, M. C. M. Determinantes de escolha alimentar. **Revista de Nutrição**, v.21, n.1, p.63-73, 2008.

KOLB, B. Involving, Sharing, Analysing - Potential of the Participatory Photo Interview. **Forum: qualitative social research**, v.9, n.3, 2008.

KOLODINSKY, J., HARVEY-BERINO, J. R., BERLIN, L., JOHNSON, R. K.; REYNOLDS, T. W. Knowledge of current dietary guidelines and food choice by college students: better eaters have higher knowledge of dietary guidance. **Journal of the American Dietetic Association**, v.107, n.8, p.1409–1413, 2007.

LANDSTRÖM, E.; HURSTI, U. K.; MAGNUSSON, M. Use of functional foods among Swedish consumers is related to health-consciousness and perceived effect. **British Journal of Nutrition**, v.98, n.5, p.1058-1069, 2007.

LARSON, N. I.; STORY, M.; EISENBERG, M. E.; NEUMARK-SZTAINER, D. Food preparation and purchasing roles among adolescents: associations with sociodemographic characteristics and diet quality. **Journal of the American Dietetic Association**, v.106, n.2, p. 211-8, 2006.

LOBSTEIN, T., DAVIES, S. Defining and labelling ‘healthy’ and ‘unhealthy’ food. **Public Health Nutrition**, v.12, n.3, p.331–340, 2009.

MACDIARMID, J. I. Is a healthy diet an environmentally sustainable diet? **Proceedings of the Nutrition Society**, v.72, n.01, p.13-20, 2013.

MACDIARMID, J. I.; KYLE, J.; HORGAN, G. W.; LOE, J.; FYFE, C.; JOHNSTONE, A.; MCNEILL, G. Sustainable diets for the future: can we contribute to reducing greenhouse gas emissions by eating a healthy diet? **The American Journal of Clinical Nutrition**, v.96, n.3, p.632-9, 2012.

MAYS, N.; POPE, C. Qualitative research in health care: Assessing quality in qualitative research. *British Medical Journal*, v. 320, n. 7226, p. 50-2, 2000

NEIVA-SILVA, L.; KOLLER, S. H. O uso da fotografia na pesquisa em Psicologia. **Estudos de Psicologia** (Natal), v.7, n.2, p.237-250, 2002.

PAIN H. A literature review to evaluate the choice and use of visual methods. **Int J Qual Methods**. 2012;11(4):303–319. doi: 10.1177/160940691201100401.

PAQUETTE, M. C. Perceptions of healthy eating: state of knowledge and research gaps. **Canadian Journal Public Health**, v.96, n.3, p.S15-9, S16-21, 2005.

PARMENTER, K.; WARDLE, J. Development of a general nutrition knowledge questionnaire for adults. **European Journal of Clinical Nutrition**, v.53, n.4, p.298–308, 1999.

POULAIN, J. P. **Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço alimentar**. Tradutores: Rossana Pacheco da Costa Proença, Carmen Silvia Rial e Jaimir Conte. Florianópolis: EDUFSC, 2012.

SCHERMEL, A.; MENDOZA, J.; HENSON, S.; DUKESHIRE, S.; PASUT, L.; EMRICH, T. E.; LOU, W.; QI, Y.; L'ABBE, M. R. Canadians' Perceptions of Food, Diet, and Health – A National Survey. **PLOS ONE**, v.9, n.1, 2014.

SILVA, D. C. A.; FRAZÃO, I. S.; OSORIO, M. M.; VASCONCELOS, M. G. L. Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.20, n.11, 2015.

STEPTOE, A.; POLLARD, T. M.; WARDLE, J. Development of a measure of the motives underlying the selection of food –the Food Choice Questionnaire. **Appetite**, v.25, n.3, p. 267–284, 1995.

TORAL, N.; CONTI, M. A.; SLATER, B. Healthy eating according to teenagers: Perceptions, barriers, and expected characteristics of teaching materials. **Cadernos de Saude Pública**, v.25, n.11, p.2386-94, 2009.

TOWLER, G.; SHEPHERD, R. Development of a nutritional knowledge questionnaire. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.3, n.4, p.255-264, 1990.

VAN DYKE, N.; DRINKWATER, E. J. Relationships between intuitive eating and health indicators: literature review. **Public Health Nutrition**, v.17, n.8, p.1757-1766, 2014.

VERMEIR, I.; VERBEKE, W. Sustainable food consumption among young adults in Belgium: Theory of planned behaviour and the role of confidence and values. **Ecological economics**, v.64, n.3, p.542-553, 2008.

VILÀ, I. Analysis of implementation intentions in healthy eating. **International Review on Public and Nonprofit Marketing**, v.14, n.2, p.269-270, 2017.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**. 2004. Geneva: WHO. Disponível em: [http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy\\_english\\_web.pdf](http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf). Acesso em: 24 jul. 2017.



## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste capítulo estão apresentados os pontos fortes e limitações da tese, além das conclusões relacionadas tanto ao percurso da doutoranda quanto ao trabalho desenvolvido.

### 5.1 PONTOS FORTES E LIMITAÇÕES DA TESE

Os pontos fortes do presente estudo estão relacionados com a sua proposta de discutir aspectos simbólicos e sustentáveis associados a uma alimentação saudável em guias alimentares. Não somente o que está sendo compreendido como alimentação saudável, mas especialmente entender como aspectos simbólicos e sustentáveis fazem parte da concepção de uma alimentação saudável. A discussão da sustentabilidade de modo indissociável à promoção de saúde é emergente e necessária, tendo em vista as alterações nos modos de produção e consumo de alimentos. E, além disso, aspectos simbólicos fazem parte do contexto da alimentação desde o seu surgimento, influenciam nas escolhas alimentares e deveriam ser reconhecidos como parte de uma alimentação saudável. No entanto, a promoção de uma alimentação saudável historicamente teve uma abordagem prioritariamente nutricional, o que pode estar refletindo em percepções sobre alimentação saudável também com esse foco. Apesar disso, estudos apresentados neste trabalho avaliam, sobretudo, aspectos nutricionais como parte de estratégias de promoção de uma alimentação saudável (guias alimentares), e das percepções acerca da alimentação saudável de indivíduos adultos.

O fato de as principais mensagens dos noventa guias alimentares estarem disponibilizadas em inglês (idioma padrão) no banco de dados da FAO possibilitou uma maior abrangência no número de mensagens analisadas, enriquecendo assim o estudo apresentado neste trabalho. No entanto, não significa que outros países (além dos noventa analisados) não possuam recomendações. Ademais, a análise não ocorreu na totalidade do guia; assim, os resultados podem não expressar as discussões gerais presentes nos referidos documentos.

O uso de metodologia qualitativa possibilitou uma análise aprofundada das mensagens no que se refere ao conteúdo nutricional, sustentável e simbólico. Desse modo, foi possível identificar as fragilidades dos guias alimentares na promoção da alimentação saudável associada a questões simbólicas e sustentáveis, bem como identificar a abordagem utilizada nessas mensagens (quando presentes) e os países mais ou menos avançados nesses quesitos. Contudo, como foi grande a variação do número de guias por região, não foi possível identificar se alguma delas se destacava no que concerne às recomendações.

Adicionalmente, a classificação das mensagens nos grupos de interesse pode representar uma limitação uma vez que a recomendação nem sempre estava clara quanto ao seu objetivo.

A análise da percepção sobre alimentação saudável permitiu avançar no que se refere ao já identificado na literatura, uma vez que ativamente se buscou investigar a compreensão de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável. O estudo ainda se destaca pela abordagem metodológica utilizada, que possibilitou entender o fenômeno no contexto alimentar real do indivíduo. Foi evidente o papel ativo e o envolvimento dos indivíduos ao fazer referência sobre aspectos da alimentação saudável com base em seus próprios registros fotográficos, contribuindo sobremaneira para a investigação do fenômeno.

No que concerne ao estudo a cerca de percepção, é importante considerar um possível viés pelo fato de a entrevistadora ser profissional da área da saúde, especificamente nutricionista. Esse aspecto pode ter influenciado os sujeitos a priorizar questões nutricionais no relato sobre alimentação saudável. No entanto, a pesquisadora teve o cuidado para minimizar referido viés, desde a proposta metodológica. Por isso, os indivíduos foram convidados aos poucos a falar a propósito da temática alimentação saudável durante a condução das entrevistas e, para o registro fotográfico, foram inicialmente convidados a trazer aspectos considerados importantes na sua alimentação. A pesquisadora durante toda a entrevista teve o cuidado de informar aos participantes que o foco da pesquisa não era avaliar a alimentação do indivíduo como certa ou errada, mas sim entender alguns aspectos da alimentação sob a visão do participante. Ainda, o fato de ser profissional da saúde poderia ter dificultado as relações entre o entrevistador e entrevistado, diminuindo a liberdade desse em se expressar (DRAPER; SWIFT, 2011); por esse motivo, a pesquisadora buscou sempre dar abertura à fala dos indivíduos e, assim, estabelecer uma relação de confiança. Ressalta-se que a metodologia de foto-elicitação foi fundamental para minimizar esse possível viés, diante da facilidade dos indivíduos em discorrer a respeito de algo diretamente parte do seu contexto.

## 5.2 CONCLUSÕES

### 5.2.1 Conclusões sobre o percurso de formação da doutoranda

A realização do doutorado no Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina possibilitou aprofundamento metodológico nos primeiros anos do doutorado, por meio da discussão de abordagens qualitativas e quantitativas em diferentes disciplinas ofertadas. Do mesmo modo, o PPGN incentiva a reflexão constante sobre o tema e problema de pesquisa desde a entrada no Programa, propiciando momentos de discussão coletiva por meio das disciplinas e grupos de pesquisa. Acredita-se que a trajetória percorrida durante os anos como aluna de doutorado no PPGN da UFSC conduziu ao crescimento e amadurecimento pessoal e profissional, cumprindo um dos principais objetivos da formação de um doutor. O estágio de doutorado sanduíche igualmente contribuiu para essa formação, diante dos desafios e oportunidades decorrentes da vivência em outro país e do contato com outras culturas e pesquisadores. A experiência no exterior possibilitou a troca de conhecimento e o estabelecimento de uma rede de contato profissional, criando novas parcerias no âmbito da pesquisa. Desse modo, avalia-se o período de doutorado no exterior como fundamental para o amadurecimento da doutoranda e qualificação da presente tese, bem como uma oportunidade enriquecedora para formação como pesquisadora.

Cabe ainda destacar o resultado das atividades da aluna no PPGN, desde o período de mestrado até o doutorado. O resultado da dissertação de mestrado foi publicado em revista internacional e em anais de congresso. Além disso, a temática trabalhada no mestrado, relacionada ao uso de alimentos regionais na alimentação escolar, possibilitou a inclusão dessa temática em outros projetos de pesquisa desenvolvidos pelo grupo de trabalho da professora Suzi Barletto Cavalli, resultando em publicações sobre a temática e no recebimento de prêmio da FAO – Multiplicando experiências e estratégias em Alimentação e Nutrição sustentáveis, em 2017. Ademais, toda a experiência adquirida desde o mestrado, com trabalhos desenvolvidos abordando aspectos simbólicos e sustentáveis da alimentação, foi importante para o delineamento e desenvolvimento da tese. No que se relaciona ao período doutoral, a aluna realizou as atividades esperadas, da elaboração do projeto de pesquisa, coleta e análise dos dados e à elaboração de manuscritos.

Desde o início do doutorado, a doutoranda buscou desenvolver diferentes atividades, procurando o seu desenvolvimento como pesquisadora, sendo parceira na elaboração e redação de artigos científicos. De 2015 até o momento (2020), participou na qualidade de autora de cinco artigos já publicados nas seguintes revistas: *Public Health Nutrition* (2018, Qualis A2, FI

2.526); Revista de Nutrição (2018, Qualis B2 ou , FI 0.33); Revista Segurança Alimentar e Nutricional (2018; Qualis B5); Ciência e Saúde Coletiva (2018; Qualis B2; FI 1.008); Agroecologia (2017). Além dos artigos citados, durante esse período, a doutoranda participou como autora da elaboração de dois capítulos de livro e de uma cartilha.

Ainda, ressalta-se que é parceira de sete artigos que estão em processo de elaboração e/ou submissão: (BIANCHINI et al., 2019, revista de Nutrição – aceito com alterações; PIZZI et al., 2019, revista Demetra; CORTESE et al., 2019, Cadernos de Saúde Pública; VIEIRA et al., 2019; CORTESE et al., 2019, The journal of Nutrition; MARTINELLI et al., 2019; British Food Journal; TULIEND et al., 2019, Cadernos de Saúde Pública; MONTEIRO et al., 2019; Appetite). Auxiliou na orientação de trabalhos de conclusão de curso, iniciação científica e mestrado, e é colaboradora em projetos aprovados e financiados por editais de fomento, coordenados pela prof<sup>a</sup>. Suzi Barletto Cavalli, participando desde o processo de redação do projeto para submissão, até execução deles e elaboração de relatório (quando finalizado).

Compõe a equipe do projeto “Oferta de alimentos saudáveis em instituições públicas: instrumentalização de responsáveis técnicos dos serviços de alimentação e agricultores/as familiares para aquisição sustentável de alimentos”, aprovado em edital do CNPq, o qual, por meio do Observatório de Alimentação Saudável e Sustentável, oferecerá um curso online para Fortalecimento de Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis a partir da Compra Institucional de alimentos. Além disso, colabora com a orientação de bolsistas, planejando etapas de coleta e análise de dados e relatórios.

O desenvolvimento da tese, principalmente em razão da metodologia utilizada, possibilitou o conhecimento e aprofundamento sobre uma abordagem metodológica ainda não utilizada no Programa de Pós-Graduação em Nutrição da UFSC. Dessa forma, a doutoranda pode contribuir com o desenvolvimento de outros trabalhos que venham a utilizar a técnica de foto-elicitação, diante da expertise adquirida durante o período de doutorado.

#### *5.2.1.1 Estágio de Doutorado Sanduíche*

O Estágio Doutoral no Exterior foi realizado de 1º de setembro de 2018 a 1º de março de 2019, no *Laboratory of Economics and Agribusiness Marketing at Faculty of Bioscience and Technology for Food, Agriculture and Environment in University of Teramo, Teramo, Italy*. Ocorreu sob supervisão da Prof<sup>a</sup>. Maria Angela Perito e orientação da Prof<sup>a</sup>. Suzi Barletto Cavalli, do Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina,

Florianópolis, Brasil. O estágio foi financiado pela CAPES.

Ressalta-se que o laboratório de *Economia e marketing agroalimentare*, ao qual a professora Maria Angela Perito está vinculada, tem como objeto de estudo a sustentabilidade (ambiental, econômica e social) em toda a cadeia produtiva de alimentos; abordando os aspectos econômicos e políticos; gestão da produção; distribuição; mercado e consumo de produtos agroalimentares, com especial atenção aos aspectos que dizem respeito ao desenvolvimento sustentável. Também realiza pesquisas que buscam avaliar os efeitos das políticas e mudanças nos aspectos ambientais e desenvolvimento rural e percepção dos consumidores relacionados à cadeia de abastecimento de produtos agroalimentares locais e típicos. Além disso, o laboratório desenvolve pesquisa conjuntamente com o movimento *Slow Food*, criado em 1986 na Itália. As pesquisas nesse âmbito se articulam com as propostas do movimento, trabalhando com informação do consumidor, origem dos alimentos, relação entre produção e consumo, valorização do modo de fazer local e alimentos regionais culturalmente aceitos, e parte da biodiversidade nativa (IRVING, J.; CERIANIS, 2013).

A professora Dra. Maria Angela Perito também é pesquisadora associada do *INRA – ALISS3* (Unidade de Pesquisa em Alimentação e Ciências Sociais), Paris, França. A unidade atua na produção de conhecimento com eixo temático "Alimentos, consumidores, indústrias e políticas" e tem como prioridade o "Desenvolvimento de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis", considerando diferentes agentes do sistema alimentar.

#### 5.2.1.1.1 Atividades principais desenvolvidas durante o Estágio de doutorado sanduíche

O objetivo do estágio foi sobretudo analisar e discutir dados qualitativos, principalmente referentes à codificação das mensagens simbólicas e sustentáveis presentes nos guias alimentares. Inicialmente foram realizadas reuniões para aproximação e familiarização com o grupo do exterior e organização das atividades: elaboração de apresentação do projeto em italiano; reuniões para conhecimento das atividades desenvolvidas pelo professor orientador; reuniões para planejamento das atividades a serem desenvolvidas no exterior e adaptação das atividades já propostas; reunião para apresentação do método de coleta e análise de dados. Análise e revisão da categorização (classificação das mensagens, das categorias e códigos desenvolvidos) de aproximadamente 1900 mensagens de noventa guias alimentares foram realizadas durante o estágio de doutorado sanduíche. Além disso, foi realizada a elaboração parcial do manuscrito 1 e 2.

Visando cumprir com os objetivos da tese, foi iniciada a categorização das entrevistas

realizadas no Brasil, também sob supervisão da professora Maria Angela Perito. De forma paralela, a doutoranda expôs a metodologia de foto-elicitção à professora supervisora, sendo discutida a possibilidade de desenvolvimento de atividades futuras para comparação dos dados entre Brasil e Itália.

#### 5.2.1.1.2 Atividades complementares

Além das atividades anteriormente descritas, ressalta-se a participação em dois eventos sobre a temática alimentação, sustentabilidade e cultura, sendo um na Universidade de Perugia e outro na Universidade de Teramo. No âmbito da temática do projeto, porém não vinculado a atividades de pesquisa, a doutoranda procurou aproximar-se da cultura local, participando de atividades desenvolvidas pela rede *Slow Food* e rede de compras coletivas de alimentos agroecológicos na cidade de Teramo. De modo complementar, a doutoranda frequentou aulas de italiano durante todo o período de estágio de doutorado oferecidas pela Universidade e Associação de voluntariado da cidade de Teramo.

#### 5.2.1.1.3 Considerações finais sobre estágio de Doutorado Sanduíche

A realização do estágio de doutorado no exterior foi de extrema relevância para o desenvolvimento da aluna como pesquisadora. O contato com outros pesquisadores possibilitou à doutoranda desenvolver diferentes olhares sobre o tema da pesquisa, auxiliando no seu aprimoramento científico e acadêmico. Além disso, a apresentação do projeto em outro idioma, a discussão dos dados e desenvolvimento da pesquisa com diferentes pesquisadores consistiram em oportunidades enriquecedoras para a sua formação. O estágio possibilitou para a doutoranda não somente um aprimoramento direto quanto ao projeto de pesquisa, mas também indiretamente, com base nas atividades de extensão e vivências relacionadas à temática da pesquisa: alimentação, cultura e sustentabilidade. Ainda, possibilitou o estabelecimento de parcerias futuras com os pesquisadores do laboratório de *Economia e marketing agroalimentare – Facoltà di bioscienze e tecnologie agro-alimentari e ambientali, Università degli studi di Teramo*.

### 5.2.2 Conclusões do estudo

O manuscrito 1 identificou, por meio de uma revisão narrativa, aspectos nutricionais, sustentáveis e simbólicos associados à promoção de uma alimentação saudável. Com base na mencionada revisão, foi realizada análise detalhada das mensagens de noventa guias alimentares e identificadas aproximadamente 1900 mensagens. A análise possibilitou traçar um panorama referente às principais abordagens utilizadas nos guias alimentares, além de um detalhamento das mensagens sustentáveis e simbólicas. Foi observado o seguinte:

- Predomínio da perspectiva nutricional nas estratégias para promoção de uma alimentação saudável em guias alimentares de todo o mundo, sendo a maioria relacionadas ao consumo de gordura, sal, vegetais e frutas, açúcar e alimentação variada.

- Desconexão entre as recomendações com abordagem nutricional e a produção de alimentos.

- Recomendações sustentáveis e simbólicas quando presentes nos guias alimentares foram incipientes.

- As poucas orientações contendo aspectos de sustentabilidade foram direcionadas ao consumo de alimentos frescos e naturais, local de produção e sazonalidade.

- As poucas recomendações simbólicas da alimentação saudável estiveram relacionadas a hábitos de preparo e de realização das refeições, ao local de realização das refeições e à valorização da cultura e alimentos tradicionais.

De modo complementar, as análises apresentadas no manuscrito 2 detalham as mensagens dos guias alimentares, principalmente aquelas sustentáveis e simbólicas. Assim sendo, contribui por identificar os países que estão apresentando recomendações sustentáveis e simbólicas, quais recomendações estão sendo feitas e qual o tipo de abordagem. Assim, observou-se que:

- As orientações eram expostas em sua maioria de maneira propositiva, como estímulo ao consumo. Em menor proporção foram observadas orientações explicativas, em que o texto mencionava a importância e a justificativa da realização da ação incentivada.

- Os guias alimentares, de modo geral, ao explicarem as recomendações simbólicas e sustentáveis, faziam-no considerando parâmetros nutricionais e/ou de saúde.

A análise da percepção de indivíduos adultos de Florianópolis a respeito de alimentação saudável identificou sete categorias principais: (1) O que é alimentação saudável ou não saudável. (2) Motivações para alimentação saudável. (3) Caminhos para alimentação saudável.

- (4) Barreiras e impeditivos para alimentação saudável. (5) Confrontos, divergências e conflitos.  
(6) Resultado das mudanças na alimentação.

- A percepção de uma alimentação saudável associada a questões nutricionais foi predominante e contribuiu para que as motivações para alimentação saudável fossem focadas nos benefícios ou nos malefícios dos alimentos para o organismo.

- Aspectos de sustentabilidade, quando mencionados pelos sujeitos, eram justificados como saudáveis principalmente por questões nutricionais e de saúde.

- Questões sustentáveis foram pontuadas como caminho para busca de alimentação saudável; todavia, ainda não estavam incorporadas na rotina dos indivíduos, ficando mais restritas ao campo das reflexões e desejos.

- As ações já incorporadas no dia a dia dos sujeitos como caminho para alimentação saudável foram sobretudo relacionadas a substituições de alimentos e preparações, principalmente de carboidratos.

- Aspectos simbólicos, apesar de serem considerados importantes, não foram reconhecidos como parte de uma alimentação saudável.

- A dicotomia saudável e não saudável pareceu flexível, a depender do contexto, especialmente no que se referia ao compartilhamento de refeições. Apesar disso, foram observados conflitos individuais, resultando em culpas e privações.

- O saudável não tinha uma abordagem holística na percepção dos indivíduos investigados.

Com base nos resultados obtidos, concluímos que tanto os guias alimentares quanto os indivíduos pouco reconhecem aspectos sustentáveis e simbólicos como parte de uma alimentação saudável e, quando o fazem, as motivações ou o enfoque são principalmente nutricionais e voltados para a saúde.

Dessa maneira, reforça-se a importância de uma abordagem que considere a promoção de uma alimentação saudável englobando diversas dimensões, conforme defendido neste trabalho. Resgata-se aqui o conceito ampliado de alimentação saudável, que consiste em uma alimentação variada e equilibrada, que leve em conta as necessidades do indivíduo de acordo com seu ciclo de vida, mas que também seja prazerosa e tenha como base o referencial tradicional local e respeite as diversidades de gênero e etnia. Igualmente, ressalta-se a importância de realizar escolhas que respeitem formas de produção sustentáveis, livres de contaminantes e de organismos geneticamente modificados. Sob esse aspecto, reafirma-se a relevância de políticas, ações e estratégias que consideram diferentes dimensões para se

alcançar uma alimentação saudável, articulando-se com o conceito de Segurança Alimentar e Nutricional.

Considerando o conceito de alimentação saudável referido e os resultados desta tese, ao se pensar em estratégias para promoção de uma alimentação saudável, é indispensável não somente transmitir uma mensagem que favoreça aspectos sustentáveis e/ou simbólicos, mas também enfatizar os impactos para além da saúde; e, assim, favorecer escolhas mais conscientes em relação a todo o sistema alimentar.

Este trabalho demonstra que é preciso avançar na promoção de uma alimentação saudável, inicialmente nos guias alimentares, que são documentos oficiais e ferramenta importante para comunicação com a população, sendo um dos documentos base para realizar ações de Educação Alimentar e Nutricional. Ademais, recentemente, o Conselho Federal de Nutricionistas, por meio da Resolução nº 600, de 2018, definiu as áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições e incorporou ações de incentivo ao desenvolvimento sustentável como atribuições dos profissionais no Brasil (CFN, 2018). Dessa maneira, considerando o nutricionista o principal profissional capacitado para orientações sobre alimentação, recomenda-se a realização de estudos que avaliem a abordagem utilizada por nutricionistas na promoção de uma alimentação saudável, bem como a incorporação de aspectos simbólicos e sustentáveis em tais orientações.

Com o desenvolvimento deste trabalho, observou-se a necessidade de maior discussão científica a cerca de alimentação saudável associada a questões simbólicas e sustentáveis, maiormente de modo empírico. Ademais, são poucos os estudos que fizeram uso de abordagem qualitativa para avaliar a percepção sobre alimentação saudável. Nesse sentido, recomenda-se que outros estudos busquem investigar a incorporação de aspectos simbólicos e sustentáveis na percepção sobre alimentação saudável em diferentes populações, diante da importância da temática para a promoção de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis. Ademais, o uso da técnica de foto-elicitação favoreceu a aproximação com o indivíduo e com a sua própria realidade, sendo positivo e recomendado para a avaliação do fenômeno investigado, possibilitando um maior aprofundamento durante a condução da entrevista, principalmente por serem temas ainda pouco explorados (aspectos simbólicos e sustentáveis) de modo associado a uma alimentação saudável. O sujeito, ao trazer o relato da sua alimentação com base nas fotos, demonstrou maior empoderamento a propósito do assunto e facilidade de comunicação.

## REFERÊNCIAS

ADAMS, K.; BURNS, C.; LIEBZEIT, A.; RYSCHKA, J.; THORPE, S.; BROWNE, J. Use of participatory research and photo-voice to support urban Aboriginal healthy eating. **Health and Social Care in the Community**, v.20, n.5, p.497-505, 2012.

ALLEN, T.; PROSPERI, P.; COGILL, B.; FLICHTMAN, G. Agricultural biodiversity, social-ecological systems and sustainable diets. **Proceedings of the Nutrition Society**, v.73, n.4, p.498-508, 2014.

ALLOM, V.; MULLAN, B. Maintaining healthy eating behaviour: experiences and perceptions of young adults. **Nutrition & Food Science**, v.44, n.2, p.156-167, 2014.

ALMLI, V. L.; VERBEKE, W.; VANHONACKER, F.; NAES, T.; HERSLETH, M. General image and attribute perceptions of traditional food in six European countries. **Food Quality and Preference**, v. 22, n.1, p. 129-138. 2011.

ALTIERI, M.; LETOURNEAU, D.; DAVIS, J. Agroecology. **BioScience**, v.33, n.1, p. 45-49, 1983.

ALTIERI, M. A.; NICHOLLS, C. I. Agroecology scaling up for food sovereignty and resiliency. In: **Sustainable agriculture reviews**. Springer, Dordrecht, p. 1-29, 2012.

ANDREASSEN, M.; ROCCA, E.; BØHN, T.; WIKMARK, O.-G.; VAN DEN BERG, J.; LØVIK, M.; TRAAVIK, T.; NYGAARD, U. C. Humoral and cellular immune responses in mice after airway administration of Bacillus thuringiensis Cry1Ab and MON810 cry1Ab-transgenic maize. **Food and Agricultural Immunology**, v.26, n.4, p.521-537, 2014.

APOTEKER, A. Ciência e democracia: o exemplo dos OGMs. In: ZANONI, M.; FERMENT; G. **Transgênicos pra quem? Agricultura, Ciência e Sociedade**. Brasília: MDA, 2011.

AQUINO J. R.; GAZOLLA, M.; SCHNEIDER, S. O financiamento público da produção agroecológica e orgânica no Brasil: inovação institucional, obstáculos e desafios. In: SAMBUICHI, R. H. R.; MOURA, I. F.; MATTOS, L. M.; ÁVILA, M. L.; SPINOLA, P. A. C.; SILVA, A. P. M. **A Política Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica no Brasil: Uma trajetória de luta pelo desenvolvimento rural sustentável**. Brasília: IPEA, 2017. 463 p.

ARANCETA, J. PÉREZ-RODRIGO, C. Recommended dietary reference intakes, nutritional goals and dietary guidelines for fat and fatty acids: a systematic review. **British Journal of Nutrition**, v.107, suppl.2, p. S8-S22, 2012.

ASCHEMANN-WITZEL, J. Consumer perception and trends about health and sustainability: trade-offs and synergies of two pivotal issues. **Current Opinion in Food Science**, v.3, p.6-10, 2015.

ASSIS, R. L. Desenvolvimento rural sustentável no Brasil: perspectivas a partir da integração de ações públicas e privadas com base na agroecologia. **Economia Aplicada**, v.10, p.75-89, 2006.

ASTRUP, A. Healthy lifestyles in Europe: prevention of obesity and type II diabetes by diet and physical activity. **Public Health Nutrition**, v.4, p.499–515, 2000.

ASSUNÇÃO, V. K. Onde a comida não tem gosto: uma análise do gosto como prática e interação. **Pós Ciências Sociais**, v.13, n.25, 2016.

AUESTAD, N.; FULGONI, V. L. What current literature tells us about sustainable diets: emerging research linking dietary patterns, environmental sustainability, and economics. **Advances in Nutrition**, v.6, n.1, p.19-36, 2015.

MARTHE, H. A. Environmentally Sustainable Meat Consumption: An Analysis of the Norwegian Public Debate. **Journal of Consumer Policy** 37(1):45-66, 2013.

AZEVEDO, E. **As relações entre qualidade de vida e agricultura familiar orgânica: da articulação de conceitos a um estudo exploratório**. 2003.123 f. Dissertação (Mestrado em Agrossistemas) – Centro de Ciências Agrárias, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

BALDWIN, C.; WILBERFORCE, N.; KAPUR, A. Restaurant and food service life cycle assessment and development of a sustainability standard. **The International Journal of Life Cycle Assessment**, v.16, n.1, p.40-9, 2011.

BANKS, M. **Dados visuais para pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Artmed, 2009, 176p.

BARNARD, N. D.; BUNNER, A. E.; AGARWAL, U. Saturated and trans fats and dementia: a systematic review. **Neurobiology of aging**, v. 35, p. S65-S73, 2014.

BARONI, L.; CENCI, L.; TETTAMANTI, M.; BERATI, M. Evaluating the environmental impact of various dietary patterns combined with different food production systems. **European Journal of Clinical Nutrition**, v.61, n.2, p.279-86, 2006.

BARRATT, J. Diet-related knowledge, beliefs and actions of health professionals compared with the general population: an investigation in a community Trust. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.14, p. 25-32, 2001.

BARRETO, S. M. Análise da Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.14, n.1, p.28, 2005.

BATISTA FILHO, M.; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cadernos de Saúde Pública**, v.19, supl.1, p.S181-S191, 2003.

BAWA, A. S.; ANILAKUMAR, K. R. Genetically modified foods: safety, risks and public concerns - a review. **The Journal of Food Science and Technology**, v.50, n.6, p.1035-46, 2013.

BECH-LARSEN, T.; GRUNERT, K. G. The perceived healthiness of functional foods - A conjoint study of Danish, Finnish and American consumers' perception of functional foods. **Appetite**, v.40, n.1, p.9-14, 2003.

BECKER, H. S.; HOWARD S. Photography and Sociology. **Studies in the Anthropology of Visual Communication**, v.1, n.1, p.3-26, 1974.

BELLOIR, C.; NEIERS, F.; BRIAND, L. Sweeteners and sweetness enhancers. **Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care**, v.20, n.4, p.279-285, 2017.

BERTUCCIOLI, A.; NINFALI, P. The Mediterranean Diet in the era of globalization: The need to support knowledge of healthy dietary factors in the new socio-economical framework. **Mediterranean Journal of Nutrition and Metabolism**, v. 7, n. 1, p. 75-86, 2014.

BISOGLI, C. A.; JASTRAN, M.; SELIGSON, M.; THOMPSON, A. How People Interpret Healthy Eating: Contributions of Qualitative Research. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v.44, n.4, p.282-301, 2012.

BOMBARDI, L.M **Atlas: Geografia do Uso de Agrotóxicos no Brasil e Conexões com a União Europeia**. Laboratório de Geografia Agrária. FFLCH - USP, São Paulo, 2017 (revisado em julho de 2019).

BONNY, S. Genetically Modified Herbicide-Tolerant Crops, Weeds, and Herbicides: Overview and Impact. **Environmental Management**, v.57, n.1, p.31-48, 2016.

BOTELHO, R. **Culinária Regional: o Nordeste e a Alimentação Saudável**. 2006. 192f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) - Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília.

BOYLAN, S.; LOUIE, J. C. Y.; GILL, T. P. Consumer response to healthy eating, physical activity and weight-related recommendations: a systematic review. **Obesity Reviews**, v.13, n.7, p.606-617, 2012.

BOUTELLE, K. N.; BIRKELAND, R. W.; HANNAN, P. J.; STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Associations between maternal concern for healthful eating and maternal eating behaviors, home food availability, and adolescent eating behaviors. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, 39(5), 248-256, 2007.

BRASIL. Resolução - RDC Nº 332, de 23 de dezembro de 2019. Define os requisitos para uso de gorduras trans industriais em alimentos. **Diário Oficial da União**. Publicado em 26.12.2019. Edição, 249, Seção 1 página 97.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. **Vigitel Brasil 2016: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2016**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017b. 160p.

\_\_\_\_\_. Ministério do Meio Ambiente. **Perguntas Frequentes**. Desenvolvimento Rural. Produtos da Sociobiodiversidade. Disponível em: <http://www.mma.gov.br/perguntas-frequentes?catid=17>. Acesso em: 02 fev. 2017c.

\_\_\_\_\_. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Programa de Análise de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos**. Relatório de atividades de 2013 a 2015. Brasília, 2016a. 246p. Disponível em: [http://portal.anvisa.gov.br/documents/111215/0/Relat%C3%B3rio+PARA+2013-2015\\_VERS%C3%83O-FINAL.pdf/494cd7c5-5408-4e6a-b0e5-5098cbf759f8](http://portal.anvisa.gov.br/documents/111215/0/Relat%C3%B3rio+PARA+2013-2015_VERS%C3%83O-FINAL.pdf/494cd7c5-5408-4e6a-b0e5-5098cbf759f8). Acesso em: 15 mar. 2017.

\_\_\_\_\_. Ministério do Meio Ambiente. **Portaria Interministerial nº 163 de 17 de maio de 2016b**. Disponível em: [http://www.mma.gov.br/images/noticias\\_arquivos/pdf/sociobio.pdf](http://www.mma.gov.br/images/noticias_arquivos/pdf/sociobio.pdf). Acesso em: 03 fev. 2017.

\_\_\_\_\_. Presidência da República. Casa Civil. Decreto nº 8.553, de 3 de novembro de 2015. Institui o Pacto Nacional para Alimentação Saudável. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2015.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Guia Alimentar para a população brasileira**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

\_\_\_\_\_. **Portaria Interministerial nº 54, de 12 de novembro de 2013**. Institui o Plano Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica (Planapo). Brasília: Ministério do Desenvolvimento Agrário, 2013.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Textos Básicos de Saúde. 1ª ed., 1ª reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 84 p. 2012a.

\_\_\_\_\_. Casa Civil. Subchefia de assuntos jurídicos. Decreto nº 7.794, de 20 de agosto de 2012. Institui a Política Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2012b.

\_\_\_\_\_. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Diretoria de Pesquisas Coordenação de Trabalho e Rendimento. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. IBGE: Rio de Janeiro, 2011, 150p.

\_\_\_\_\_. Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010. Regulamenta a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada, institui a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - PNSAN, estabelece os parâmetros para a elaboração do Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, e dá outras providências. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2010b.

\_\_\_\_\_. Emenda Constitucional nº 64, de 4 de fevereiro de 2010. Altera o art. 6º da Constituição Federal, para introduzir a alimentação como direito social. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2010a.

\_\_\_\_\_. Presidência da República. Decreto nº 6.323, de 27 de dezembro de 2007. Regulamenta a Lei nº 10.831, de 23 de dezembro de 2003, que dispõe sobre a agricultura orgânica, e dá outras providências. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2007.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Promovendo a alimentação saudável, 2006a.

\_\_\_\_\_. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2006b.

\_\_\_\_\_. **Avaliação das políticas públicas de economia solidária**. Brasília: MTE, IPEA, ANPEC, 2005.

\_\_\_\_\_. Lei nº 10.831, de 23 de dezembro de 2003. Dispõe sobre a agricultura orgânica e dá outras providências. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2003.

\_\_\_\_\_. Decreto nº 591, de 6 de julho de 1992. Atos Internacionais. Pacto Internacional sobre Direitos Econômicos, Sociais e Culturais. Promulgação. Brasília: **Diário Oficial da União**, 1992.

BRAUN, V. AND CLARKE, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2). pp. 77-101. ISSN 1478-0887

BRILLAT-SAVARIN, Jean-Anthelme. *A fisiologia do gosto*. São Paulo: Cia. das Letras, 1995.

BRUNNER, E. J. et al. Fish, human health and marine ecosystem health: policies in collision. **International Journal of Epidemiology**, v. 38, n. 1, p. 93-100, 2009.

BUCKTON, C. H.; LEAN, M. E. J.; COMBET, E. 'Language is the source of misunderstandings' - impact of terminology on public perceptions of health promotion messages. **BMC Public Health**, v.15, n.579, 2015.

CALDERÓN, L. A.; IGLESIAS, L.; LACA, A.; HERRERO, M.; DÍAZ, M. The utility of Life Cycle Assessment in the ready meal food industry. **Resources, Conservation and Recycling**, v.54, n.12, p.1196-207, 2010.

CAPELLESSO, A. J.; CAZELLA, A. A.; ROVER, O. J. Ambiguidade de referenciais tecnológicos da ação pública no meio rural: agricultura familiar e limites à sustentabilidade. **Desenvolvimento e Meio Ambiente**, v.36, 2016.

CARLSSON-KANYAMA, A.; GONZÁLEZ, A. D. Potential contributions of food consumption patterns to climate change. **The American Journal of Clinical Nutrition**, v.89, n.5, p.1704S-1709S, 2009.

CARMAN, J. A.; VIEGER, H. R.; STEEG, L. J. V.; SNELLER, V. E.; ROBINSON, G. W.; CLINCH-JONES, C. A.; HAYNES, J. I.; EDWARDS, J. W. A long-term toxicology study on pigs fed a combined genetically modified (GM) soy and GM maize diet. **Journal of Organic Systems**, v.8, n.1, p.38-54, 2013.

CARNEIRO, F. F.; AUGUSTO, L. G. D. S.; RIGOTTO, R. M.; FRIEDRICH, K.; BÚRIGO, A. C. Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Escola politécnica de Saúde Joaquim Venâncio. **Dossiê ABRASCO: Um alerta sobre os impactos dos agrotóxicos na saúde**. Rio de Janeiro: EPSJV; São Paulo: Expressão Popular, 2015. 624p.

CARVALHO, C. M. R. G.; NOGUEIRA, A. M. T.; TELES, J. B. M.; PAZ, S. M. R.; SOUSA, R. M. L. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. **Revista de Nutrição**, v.14, n.2, p.85-93, 2001.

CASCUDO, L. C. **História da Alimentação no Brasil**. São Paulo: Global, 2011, 954p.

CATALANI, C., MINKLER, M. Photovoice: a review of the literature in health and public health. **Health Education & Behavior**, v.37, n.3, p.424-51, 2010.

CASTRO, I. R. R. Desafios e perspectivas para a promoção da alimentação adequada e saudável no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.31, n.1, p.7-9, 2015.

CASTRO, I. R. R.; SOUZA, T. S. N.; MALDONADO, L. A.; CANINÉ, E. S.; ROTENBERG, S.; GUGELMIN, S. A. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação. **Revista de Nutrição**, v.20, n.6, p.571-88, 2007.

CAVALLI, S. B. Segurança alimentar: a abordagem dos alimentos transgênicos. **Revista de Nutrição**, v.14, p.41-46, 2001.

CERUTTI, A. K.; CONTU, S.; ARDENTE, F.; DONNO, D.; BECCARO, G. L. Carbon footprint in green public procurement: Policy evaluation from a case study in the food sector. **Food Policy**, v.58, p.82-93, 2016.

CFN. Conselho Federal de Nutricionistas. Regulamenta a profissão de nutricionista e determina outras providências. Lei nº 8.234, 17 de setembro de 1991. **Diário Oficial da União**, 1991.

CHAN, K.; PRENDERGAST, G.; GRØNHØJ, A.; BECH-LARSEN, T. Adolescents' perceptions of healthy eating and communication about healthy eating. **Health Education**, v.109, n.6, p.474-90, 2009.

CHEMIM, S. M. Padrões alimentares brasileiros: o respeito à diversidade cultural. In: Cultura e Alimentação. **Saberes alimentares e sabores culturais**. São Paulo: SESC, 2007

COELHO, T. **A cultura e seu contrário**: cultura, arte e política pós-2001. São Paulo: Iluminuras, Itaú Cultural, 2008, 160p.

CONAB. Companhia Nacional de Abastecimento. **Safra Brasileira de Grãos**. Disponível em: <https://www.conab.gov.br/info-agro/safras>. Acesso em fevereiro 2010.

CONAB. Companhia Nacional de Abastecimento. **Séries históricas**. Séries Históricas de Área Plantada, Produtividade e Produção, Relativas às Safras 1976/77 a 2015/16 de Grãos, a 2016 de Café, 2005/06 a 2016/17 de Cana-de-Açúcar. 2017. Disponível em: <http://www.conab.gov.br/conteudos.php?a=1252>. Acesso em: 18 jun. 2017.

CONSEA. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Protocolo Facultativo entra em vigor**. 2017. Publicado em 2013 e modificado em 2017. Disponível em: <http://www4.planalto.gov.br/consea/comunicacao/artigos/2013/protocolo-facultativo-entra-em-vigor>. Acesso em: 24 fev. 2017.

\_\_\_\_\_. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Políticas Públicas para Garantia da Alimentação Adequada e Saudável: O Guia Alimentar para a População Brasileira em Perspectiva Intersetorial**. Subsídios para reflexões – XIX Plenária, 2015.

\_\_\_\_\_. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Exposição de motivos nº 002-2014/CONSEA 2014a**. Disponível em: <http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/plenarias/exposicoes-de-motivos/2014/e.m.-no-002-2014>. Acesso em: 14 mai. 2015.

\_\_\_\_\_. Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional. **Recomendação do CONSEA nº 002/2014b**. Recomenda ao Ministério da Saúde que a nova edição do Guia Alimentar para a

população brasileira seja pautada pela progressiva realização do Direito Humano à Alimentação Adequada em todas as suas dimensões e no fortalecimento da diversidade da cultura alimentar brasileira, 2014b. Disponível em: [http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/plenarias/recomendacoes/2014/recomendacao\\_02\\_guia-alimentar.pdf/view](http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/plenarias/recomendacoes/2014/recomendacao_02_guia-alimentar.pdf/view). Acesso em: 14 mai. 2015.

\_\_\_\_\_. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Recomendação do CONSEA nº 008/2013**. Recomenda ao Estado Brasileiro, reiterando os termos expostos na Exposição de Motivos do Consea nº 006/2010, a assinatura e ratificação, sem reservas, ao Protocolo Facultativo do Pacto Internacional de Direitos Econômicos, Sociais e Culturais e adoção das medidas necessárias para implementar integralmente o referido Protocolo em âmbito interno. 2013. Disponível em: <http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/plenarias/recomendacoes/2013/recomendacao-no-008-2013> Acesso em: 26 fev. 2017. Estava como Brasil, 2013.

\_\_\_\_\_. Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional. **III Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Por um Desenvolvimento Sustentável com Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Texto de referência da II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**. Fortaleza: CONSEA, 2007. 89 p.

CONTRERAS, J.; GRACIA ARNÁIZ, M. **Alimentación y cultura**. Editorial Ariel, 2005.

CORTESE, R. D. M. Análise da rotulagem de alimentos elaborados a partir de organismos geneticamente modificados: a situação do Brasil. 2018. 352 p. Tese (Doutorado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2018.

CORTESE, R. D. M.; MARTINELLI, S. S.; FABRI, R. K.; PROENÇA, R. P. DA C.; CAVALLI, S. B. A label survey to identify ingredients potentially containing GM organisms to estimate intake exposure in Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 21, p. 2698-2713, 2018.

DALLONGEVILLE, J., MARÉCAUX, N., COTTEL, D., BINGHAM, A., AMOUYEL, P. Association between nutrition knowledge and nutritional intake in middle-aged men from Northern France. **Public Health Nutrition**, v.4, p.27–33, 2001.

DAL SOGLIO, F. **A agricultura moderna e o mito da produtividade**. In: DAL SOGLIO, F.; KUBO, R. R. Desenvolvimento, agricultura e sustentabilidade. SEAD/UFRGS, Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2016. 206 p.

DAROLT, M. R.; LAMINE, C.; BRANDEMBURG, A. A diversidade dos circuitos curtos de alimentos ecológicos: ensinamentos do caso brasileiro e francês. **Agriculturas**, v.10, n.2, p.5, 2013.

DAROLT, M. R. Desenvolvimento rural e consumo de produtos orgânicos. In: ARAÚJO, J. B. S.; FONSECA, M. F. **Agroecologia e agricultura orgânica**. Campinas: CONSEPA, 2005.

DA VICO, L; et al. Mediterranean diet: not only food. **Monaldi Archives for Chest Disease**, v. 78, n. 3, 2012.

DE VENDOMOIS, J. S.; ROULLIER, F.; CELLIER, D.; SERALINI, G. E. A comparison of the effects of three GM corn varieties on mammalian health. **International Journal of Biological Sciences**, v.5, n.7, p.706-26, 2009.

DELANEY, M.; MCCARTHY, M. B. Saints, sinners and non-believers: The moral space of food. A qualitative exploration of beliefs and perspectives on healthy eating of Irish adults aged 50-70. **Appetite**, v.73, p.105-113, 2014.

DEL BORGHI, A.; GALLO, M.; STRAZZA, C.; DEL BORGHI, M. An evaluation of environmental sustainability in the food industry through Life Cycle Assessment: the case study of tomato products supply chain. **Journal of Cleaner Production**, v.78, p.121-30, 2014.

DENZIN, N. K.; LINCOLN, Y.S.; Introduction. In: DENZIN, N. K.; LINCOLN, Y. S. **The Sage Handbook of Qualitative Research**. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, p.1-32, 2005.

DICKSON-SPILLMANN, M.; SIEGRIST, M. Consumers' knowledge of healthy diets and its correlation with dietary behaviour. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.24, n.1, p.54-60, 2011.

DIEZ-GARCIA, R. W. Mudanças Alimentares: Implicações Práticas, Teóricas e Metodológicas. In: **Nutrição e Metabolismo**. Mudanças Alimentares e Educação Nutricional. Organizadores: Rosa Wanda Diez Garcia e Ana Maria Cervato-Mancuso. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011, p. 3-17.

DOS SANTOS, F. P.; CHALUB-MARTINS, L. Agroecologia, consumo sustentável e aprendizado coletivo no Brasil. **Educação e Pesquisa**, v.38, n.2, p.469-483, 2012.

DOS SANTOS, C. R. A. A alimentação e seu lugar na história: os tempos da memória gustativa. **Revista da Academia Paranaense de Letras**, n.51, p.165-88, 2005.

DOS SANTOS, J. L. **O que é Cultura?** 6ª ed., São Paulo: Editora Brasiliense, 1987. 73p.

DRAPER, A.; SWIFT, J. A. Qualitative research in nutrition and dietetics: data collection issues. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v. 24, n.1, p.3-12, 2011.

ELL, E.; OLIVEIRA E SILVA, D.; DE NAZARENO, E. R.; BRANDENBURG, A. Conceptions of healthy eating among ecological farmers in Paraná, Southern Brazil. **Revista de Saude Pública**, v.46, n.2, p.218-25, 2012.

EMBRAPA. **Soja em Números. Safra 2018/2019**. Disponível em: <https://www.embrapa.br/soja/cultivos/soja1/dados-economicos>. Acesso em fevereiro de 2020.

EERTMANS, Audrey et al. The Food Choice Questionnaire: Factorial invariant over western urban populations?. *Food quality and preference*, v. 17, n. 5, p. 344-352, 2006.

ESTIMA, C. C. P.; PHILLIP, S. T.; ALVARENGA, M. S.; Fatores determinantes de consumo alimentar: por que os indivíduos comem o que comem? **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v.24, n.4, p.263-268, 2009.

ETIÉVANT, P. Dietary behaviours and practices: Determinants, action, outcomes. In: BURLINGAME, B.; DERNINI, S. **Sustainable Diets and Biodiversity**. Rome: FAO, 2012.

EVANS, A.; CHOW, S.; JENNINGS, R.; DAVE, J.; SCOBlick, K.; STERBA, K. R.; LOYO, J. Traditional foods and practices of spanishspeaking latina mothers influence the home food environment: implications for future interventions. *Journal of the American Dietetic Association*, v. 111, n. 7, p. 1031-38, 2011.

FABRI, R. K. **Uso de alimentos regionais da agricultura familiar na alimentação escolar: um estudo de caso em Santa Catarina**. 2013. Dissertação (Mestrado em Programa de Pós-graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Santa Catarina.

FABRI, R. K., DA COSTA PROENÇA, R. P., MARTINELLI, S. S., CAVALLI, S. B. Regional foods in Brazilian school meals. **British Food Journal**, v. 117, n. 6, pp. 1706-1719, 2015.

FALK, L. W.; SOBAL, J.; BISOGNI, C. A.; CONNORS, M.; DEVINE, C. M. Managing healthy eating: Definitions, classifications, and strategies. **Health Education & Behavior**, v. 28, n.4, p.425-439, 2001.

FAO. Food and Agriculture Organization of the United Nations. Committee on World Food Security (CFS). **High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition. Extract from the Report: Nutrition and food systems**. Summary and Recommendations. 2017. Disponível em: [http://www.fao.org/fileadmin/user\\_upload/hlpe/hlpe\\_documents/HLPE\\_S\\_and\\_R/HLPE\\_2017\\_Nutrition-and-food-systems\\_S\\_R-EN.pdf](http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/hlpe/hlpe_documents/HLPE_S_and_R/HLPE_2017_Nutrition-and-food-systems_S_R-EN.pdf). Acesso em: 04 set. 2017.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Food-based dietary guidelines. Background**. 2016a. Disponível em: <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/background/en/>. Acesso em: 08 set. 2017.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Food-based dietary guidelines. Regions.** 2016b. Disponível em: <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/regions/en/>. Acesso em: 09 set. 2017.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Plates, pyramids, planet.** Developments in national healthy and sustainable dietary guidelines: a state of play assessment. Roma, 2016c. 71p.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Biodiversity.** 2015. Disponível em: <http://www.fao.org/biodiversity/components/plants/en/>. Acesso em: 20 nov. 2016.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization Conference Outcome Document: Rome Declaration on Nutrition. Second International Conference on Nutrition. Rome, 2014.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Improving diets and nutrition: food-based approaches.** Edit by THOMPSON, B.; LESLIE A, FAO; CABI, 2014a. Disponível em: <http://www.fao.org/3/a-i3030e.pdf>. Acesso em: 12 fev. 2017.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Sustainable Diets and Biodiversity.** Rome: FAO, 2012.

\_\_\_\_\_. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Fats and fatty acids in human nutrition: report of an expert consultation.** FAO Food and Nutrition, Paper 91. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2010.

FAO/INFOODS. **Report on the Nutrition Indicators for Biodiversity - Food Composition and Food Consumption.** Global Progress Report 2013. FAO, Rome, 2013.

FDA. Food and Drug Administration. **Final Determination Regarding Partially Hydrogenated Oils,** 2015. Disponível em: <https://www.fda.gov/food/ingredients-packaging/food-additives-ingredients/ucm449162.htm>. Acesso em: 07 mar. 2017.

FEENSTRA, G. Local food systems and sustainable communities. **American Journal of Alternative Agriculture,** v.12, n.1, p.28–36, 1997.

FERNANDEZ-ARMESTO, F. Novos hábitos alimentares - ruínas do microondas. **Revista Unisino,** n.163, p.20-24, 2005.

FISCHLER, C. Las funciones de lo culinario. En: PIAGGIO, L. R., SOLANS, A. M., (comp). **Enfoques socio-culturales de la alimentación: Lecturas para el equipo de salud.** Buenos Aires: Akadia; 2010.

FISCHLER, C. **L'Homnivore.** Paris, Odile Jacob, 1992.

FISCHLER, C. **L'Homnivore**. Le goût, la cuisine et le corps. Paris: Odile Jacob, 1990. 414p.

FLICK, U. **Uma introdução à pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Bookman, 2004.

FLICK, U.; VON KARDORFF, E.; STEINKE, I. Was ist qualitative Forschung? Einleitung und Überblick. [O que é pesquisa qualitativa? Uma introdução.] In: FLICK, U.; VON KARDORFF, E.; STEINKE, I. (Orgs.). **Qualitative Forschung: Ein Handbuch [Pesquisa qualitativa - um manual]** (pp. 13-29), 2000.

FONTANELLA, B. J. B.; RICAS, J.; TURATO, E. R. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cadernos de Saúde Pública**, v.24, n.1, p.17-27, 2008.

FONTE, M. Food Relocalisation and Knowledge Dynamics for Sustainable Rural Areas. In: FONTE, M.; PAPADOPOULOS, A. G. **Naming Food After Places: Food Relocalisation and Knowledge Dynamics for Rural Development**. Farnham, UK: Ashgate, 2010, p.1-35.

FRANÇA, P. R. R. de. Rediscutindo os limites do crescimento econômico. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v.28, n.81, p.244-246, 2013.

FRANCIS, J. J.; JOHNSTON, M.; ROBERTSON, C.; GLIDEWELL, L.; ENTWISTLE, V., ECCLES, M. P; GRIMSHAW, J. M. What is an adequate sample size? Operationalising data saturation for theory-based interview studies. **Psychol Health**, v.25, n.10, p.1229-45, 2010.

FREIDIN, B. Alimentación y riesgos para la salud: visiones sobre la alimentación saludable y prácticas alimentarias de mujeres y varones de clase media en el Área Metropolitana de Buenos Aires. **Salud Colectiva**, n.12, v.4, p.519-536, 2016.

FREIRE, M. C. M., et al. Guias alimentares para a população brasileira: implicações para a Política Nacional de Saúde Bucal. **Cadernos de Saúde Pública**, v.28, p.s20-s29, 2012.

FRIEDRICH, K. Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Instituto Nacional de Controle de Qualidade em Saúde. **Parecer técnico: Avaliação dos efeitos tóxicos sobre o sistema reprodutivo, hormonal e câncer para seres humanos após o uso do herbicida 2,4-D**. Departamento de Farmacologia e Toxicologia. Núcleo Técnico de Saúde e Ambiente: Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <http://www.pacs.org.br/files/2015/03/parecer-herbicida-24-D-Karen-Friedrich-3.pdf>. Acesso em: 17 fev. 2015.

FSA. Food Standarts Agency. **Attitudes and behaviours toward healthy eating and food safety: A scoping study**. 2009. 85p.

\_\_\_\_\_. Food Standarts Agency. **Criteria for the Use of the Terms Fresh, Pure, Natural etc.** in Food Labelling. 2008.

FURST, T.; CONNORS, M.; BISOGNI, C. A.; SOBAL, J.; FALK, L. W. Food choice: a conceptual model of the process. **Appetite**, v.26, n.3, p.247-66, 1996.

FUSTER, M.; MESSER, E.; HOUSER, R. F.; DEMAN, H.; DE FULLADOLSA, P. P.; BERMUDEZ, O. I. Local Notions of Healthy Eating and National Dietary Guidelines: A Comparison in Vulnerable Salvadoran Communities. **Food and Foodways**, v.21, n.4, p.288-314, 2013.

GABRIEL, C. G.; COSTA, L. C. F.; CALVO, M. C. M.; VASCONCELOS, F. A. G. Planejamento de cardápios para escolas públicas municipais: reflexão e ilustração desse processo em duas capitais brasileiras. **Revista de Nutrição**, v.25, n.3, p.363-372, 2012.

GARCIA, R. W. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Revista de Nutrição**, v.16, n.4, p. 483-92, 2003.

GARNETT, T.; STRONG, M. **The principles of healthy and sustainable eating patterns: Follow-on work to the Green Food Project, focusing on sustainable consumption: Global Food Security programme, 2015.** Disponível em: <<http://www.foodsecurity.ac.uk/assets/pdfs/healthy-sustainable-eating-patterns-report.pdf>>. Acesso em: 22 fev. 2016.

GIL, Á.; RUIZ-LÓPEZ, M. D.; FERNÁNDEZ-GONZÁLEZ, M.; DE VICTORIA, E. M. Guía FINUT de estilos de vida saludable: más allá de la Pirámide de los Alimentos. **Nutricion Hospitalaria**, v.31, n.5, p.2313-23, 2015.

GILLMAN, M. W.; RIFAS-SHIMAN, S. L.; FRAZIER, A. L.; ROCKETT, H. R.; CAMARGO, C.A. Jr.; FIELD, A. E.; BERKEY, C. S.; COLDITZ, G. A. Family dinner and diet quality among older children and adolescents. **Archives of Family Medicine**, v.9, n.3, p. 235-40, 2000.

GIRARDI, M. W., FABRI, R. K., BIANCHINI, V. U., MARTINELLI, S. S., CAVALLI, S. B. Oferta de preparações culinárias e alimentos regionais e da sociobiodiversidade na alimentação escolar: um estudo na Região Sul do Brasil. **Segurança Alimentar e Nutricional**, 25(3), 29-44, 2018.

GLIESSMAN, S. R. **Agroecologia: processos ecológicos em agricultura sustentável.** Editora da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, UFRGS, 2001.

\_\_\_\_\_. **Agroecology: The Ecology of Sustainable Food Systems.** CRC Press, 2014.

GOGGINS, G.; RAU, H. Beyond calorie counting: assessing the sustainability of food provided for public consumption. **Journal of Cleaner Production**, v.112, p.257-66, 2016.

GOLDBERG, J. P. Nutrition and health communication-the message and the media over 1/2 a century. **Nutrition Reviews**, v.50, n.3, pp.71–7, 1992.

GRISA, C.; SCHMITT, C.; MATTEI, L.; MALUF, R.; LEITE, S. Contribuições do Programa de Aquisição de Alimentos à segurança alimentar e nutricional e a criação de mercados para a agricultura familiar. **Revista Agriculturas**, v.18, n.3, p.34-41, 2011.

GRUÈRE, G. P. A preliminary comparison of the retail level effects of genetically modified food labelling policies in Canada and France. **Food Policy**, v.31, n.2, p.148-61, 2006.

GRUNERT, K. G.; WILLS, J. M.; FERNÁNDEZ-CELEMÍN, L. Nutrition knowledge, and use and understanding of nutrition information on food labels among consumers in the UK. **Appetite**, v.55, n.2, p.177-189, 2010.

GUERRERO, L.; GUARDIA, M. D.; XICOLA, J.; VERBEKE, W.; VANHONACKER, F.; ZAKOWSKA-BIEMANS, S.; SAJDAKOWSKA, M.; SULMONT-ROSSE, C.; ISSANCHOU, S.; CONTELE, M.; SCALVEDI, M. L.; GRANLI, B. S.; HERSLETH, M.. Consumer-driven definition of traditional food products and innovation in traditional foods. A qualitative cross-cultural study. **Appetite**, v. 52, 2009, p. 345–354.

GUSSOW, J. D.; CLANCY, K. L. Dietary guidelines for sustainability. **Journal of Nutrition Education**, v.18, n.1, p.1-5, 1986.

HALLSTRÖM, E.; RÖÖS, E.; BÖRJESSON, P. Sustainable meat consumption: A quantitative analysis of nutritional intake, greenhouse gas emissions and land use from a Swedish perspective. **Food Policy**, v.47, p. 81–90, 2014.

HAMMER, B. A.; VALLIANATOS, H.; NYKIFORUK, C. I. J.; NIEUWENDYK, L. M. Perceptions of healthy eating in four Alberta communities: a photovoice project. **Agriculture and Human Values**, v.32, n.4, p.649-62, 2015.

HAMMOND, R. A; DUBÉ, L. A systems science perspective and transdisciplinary models for food and nutrition security. **Proceedings of the National Academy of Sciences**, n.109, p.12356-12363, 2012.

HARVIE, J.; MIKKELSEN, L.; SHAK, L. A New Health Care Prevention Agenda: Sustainable Food Procurement and Agricultural Policy. **Journal of Hunger & Environmental Nutrition**, v.4, n.3-4, p.409-29, 2009.

HARRIS, E.M. Eat Local? Constructions of Place in Alternative Food Politics. **Geography Compass** 4/4 : 355–369, 2010.

HATTEN, K., FORIN, T. R., ADAMS, R. A picture elicits a thousand meanings: Photo elicitation as a method for investigating cross-disciplinary identity development. **ASEE**

**Annual Conference & Exposition**, 2013. Disponível em: <https://wmich.pure.elsevier.com/en/publications/a-picture-elicits-a-thousand-meanings-photo-elicitation-as-a-meth-3>. Acesso em: 23 out. 2017.

HAWKES, C.; POPKIN, B. M. Can the sustainable development goals reduce the burden of nutrition-related non-communicable diseases without truly addressing major food system reforms? **BMC Medicine**, v.13, n.143, 2015.

HARPER, D. Talking about pictures: a case for photo elicitation. **Visual Studies**, v.17, n.1, 2002.

HCWH. Healthy Food in Health Care. **Healthy Food in Health Care Pledge**, 2016. Disponível em: [https://noharm.org/sites/default/files/lib/downloads/food/Healthy\\_Food\\_in\\_Health\\_Care.pdf](https://noharm.org/sites/default/files/lib/downloads/food/Healthy_Food_in_Health_Care.pdf). Acesso em: 12 mai. 2017.

HE, C.; MIKKELSEN, B. E. Organic school meals in three Danish municipalities. **Bioforsk Report**, v.4, n.66, 2009.

HEALY, N.; JORAM, E.; MATVIENKO, O.; WOOLF, S.; KNESTING, K. Impact of an intuitive eating education program on high school students' eating attitudes. **Health Education**, v.115, n.2, p.214-228, 2015.

HERNANDEZ, J.C. Patrimônio e Globalização: o caso das culturas alimentares. In: CANESQUI, A. M.; DIEZ GARCIA, R. W. (Org.). **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2005. 306p.

HORRIGAN, L.; LAWRENCE, R. S.; WALKER, P. How sustainable agriculture can address the environmental and human health harms of industrial agriculture. **Environmental health perspectives**, v.110, n.5, p.445, 2002.

HSIEH, H. F.; SHANNON, S. E. Three approaches to qualitative content analysis. **Qualitative Health Research**, v.15, n.9, p.1277-1288, 2005.

IAASTD. International Assessment of Agricultural Science & Technology for Development. **Agriculture at a Crossroads**. Washington, DC: Island Press, 2009. Disponível em: <http://www.agassessment.org/docs/>. Acesso em: 29 abr. 2017.

IARC/WHO. International Agency for Research on Cancer. World Health Organization. **IARC Monographs Volume 112: evaluation of five organophosphate insecticides and herbicides**. France, 2015. Disponível em: <http://www.iarc.fr/en/media-centre/iarcnews/pdf/MonographVolume112.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2016.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **POF 2017-2018: Famílias com até R\$ 1,9 mil destinam 61,2% de seus gastos à alimentação e habitação**. Disponível em:

<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/25598-pof-2017-2018-familias-com-ate-r-1-9-mil-destinam-61-2-de-seus-gastos-a-alimentacao-e-habitacao>. Acesso em fevereiro de 2020.

IMAMURA, F.; MICHA, R.; KHATIBZADEH, S.; FAHIMI, S.; SHI, P.; POWLES, J. Dietary quality among men and women in 187 countries in 1990 and 2010: a systematic assessment. **The Lancet**, v.3, n.3, p.e132–e142, 2015.

INGLIS, V.; BALL, K.; CRAWFORD, D. Why do women of low socioeconomic status have poorer dietary behaviours than women of higher socioeconomic status? A qualitative exploration. **Appetite**, v.4, n.3, p.334–43, 2005.

IRVING, J.; CERIANI, S. **Manual do Slow Food**. Disponível em: <http://www.slowfoodbrasil.com/documentos/manual-do-slowfood-2013.pdf>. Acesso em: 05 set. 2016.

IZUMI, B.; ALAIMO, K.; HAMM, M.W. Farm-to-School Programs: Perspectives of school food service professionals. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 42, n. 2, 2010.

JAMES, C. **Relatório nº 49, Status Global das Cultivares Transgênicas Comercializadas: 2014**. International Service for the Acquisition of Agri-biotech Applications. 2014.

JAMES, C. Global Status of Commercialized Biotech/GM Crops: 2016. ISAAA Brief No. 52. Ithaca: International Service for the Acquisition of Agri-biotech Applications. 2016

JENNINGS, H. M.; THOMPSON, J. L.; MERRELL, J.; BOGIN, B.; HEINRICH, M. Food, home and health: The meanings of food amongst Bengali Women in London. **Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine**, v.10, n.1, 2014.

JOHNSTON, J.L.; FANZO, J.C.; COGILL, B. Understanding Sustainable Diets: A Descriptive Analysis of the Determinants and Processes That Influence Diets and Their Impact on Health, Food Security, and Environmental Sustainability. **Advances in Nutrition: An International Review Journal**, v.5, n.4, p.418-429. 2014.

JOHNSON-ASKEW, W. L.; FISHER, R. A.; YAROCH, A. L. Decision making in eating behavior: State of the science and recommendations for future research. **Annals of Behavioral Medicine: A publication of the Society of Behavioral Medicine**, v.38, suppl.1, p.88–92, 2009.

JONES, P.; SHEARS, P.; HILLIER, D.; COMFORT, D.; LOWELL, J. Return to traditional values? A case study of Slow Food. **British Food Journal**, v.105, n.4/5, p.8, 2003.

JOMORI, M. M.; PROENÇA R. P. C.; CALVO, M. C. M. Determinantes de escolha alimentar. **Revista de Nutrição**, v.21, n.1, p.63-73, 2008.

JORDANA, J. Traditional foods: challenges facing the European food industry. **Food Research International**, v. 33, n. 3, p. 147-152, 2000.

JOSHIPURA, K. J.; ASCHERIO, A.; MANSON, J. E.; STAMPFER, M. J.; RIMM, E. B.; SPEIZER, F. E.; HENNEKENS, C. H.; SPIEGELMAN, D.; WILLETT, W. C. Fruit and vegetable intake in relation to risk of ischemic stroke. **Journal of the American Medical Association**, v.282, p.1233–39, 1999.

JUNGES, J. R. Ética Ecológica: Antropocentrismo ou Biocentrismo? **Perspectiva Teológica**, v.33, p.33-66, 2001.

KANEMATSU, L.R.A. **Comparação entre alimentos industrializados com e sem terminologia de caseiro em relação aos aditivos alimentares**. Programa de Pós Graduação em Nutrição. Universidade Federal de Santa Catarina (Dissertação de Mestrado), 2017.

KIM, S.; MOON, S.; POPKIN, B. M. The nutrition transition in South Korea. **American Journal of Clinical Nutrition**, v.71, n.1, p.44-53, 2000.

KING, J. C. Dietary Guidelines Advisory Committee. An evidence-based approach for establishing dietary guidelines. **Journal of Nutrition**, v.137, p.480-483, 2007.

KINUPP, V. F.; BARROS, I. B. I. D. Teores de proteína e minerais de espécies nativas, potenciais hortaliças e frutas. **Ciência e Tecnologia de Alimentos**, v.28, n.4, p.846-857, 2008.

KOLB, B. Involving, Sharing, Analysing - Potential of the Participatory Photo Interview. **Forum: qualitative social research**, v.9, n.3, 2008.

KOLODINSKY, J., HARVEY-BERINO, J. R., BERLIN, L., JOHNSON, R. K.; REYNOLDS, T. W. Knowledge of current dietary guidelines and food choice by college students: better eaters have higher knowledge of dietary guidance. **Journal of the American Dietetic Association**, v.107, n.8, p.1409–1413, 2007.

KRAHN, V. M.; LENGYEL, C. O.; HAWRANIK, P. Healthy eating perceptions of older adults living in Canadian rural and northern communities. **Journal of Nutrition in Gerontology and Geriatrics**, v.30, n.3, p.261-73, 2011.

KUZNESOF, S., TREGGAR, A., MOXEY, A. Regional foods: a consumer perspective. **British Food Journal**, v. 9, n. 6, 1997.

LAIRON, D. Biodiversity and sustainable nutrition with a food-based approach. In: BURLINGAME, B., DERNINI, S. (Ed.). **Sustainable Diets and Biodiversity**. Rome: FAO, 2012.

LANDSTRÖM, E.; HURSTI, U. K.; MAGNUSSON, M. Use of functional foods among Swedish consumers is related to health-consciousness and perceived effect. **British Journal of Nutrition**, v.98, n.5, p.1058-1069, 2007.

LANG, T. Sustainable diets and biodiversity: The challenge for policy, evidence and behaviour change. In: BURLINGAME, B.; DERNINI, S. (Ed.). **Sustainable Diets and Biodiversity**. Rome: FAO, 2012.

LARSON, N. I.; STORY, M.; EISENBERG, M. E.; NEUMARK-SZTAINER, D. Food preparation and purchasing roles among adolescents: associations with sociodemographic characteristics and diet quality. **Journal of the American Dietetic Association**, v.106, n.2, p. 211-8, 2006.

LOBSTEIN, T., DAVIES, S. Defining and labelling 'healthy' and 'unhealthy' food. **Public Health Nutrition**, v.12, n.3, p.331-340, 2009.

LOURENÇO, A. V.; DOS REIS, C. M.; VOLKMER, G.; WITT, J. R.; CARVALHO, N. F. Desenvolvimento sustentável e agroecologia. In: DAL SOGLIO, F.; KUBO, F. R. (Orgs.) **Desenvolvimento, agricultura e sustentabilidade**. SEAD/UFRGS, Porto Alegre: Editora da UFRGS, 206 p., 2016.

LOUZADA, M. L. C.; BARALDI, L. G.; STEELE, E. M.; MARTINS, A. P. B.; CANELLA, D. S.; MOUBARAC, J. C.; LEVY, R. B.; CANNON, G.; AFSHIN, A.; IMAMURA, F.; MOZAFFARIAN, D.; MONTEIRO, C. A. Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. **Preventive Medicine**, v.81, p.9-15, 2015.

LOWDER, S. K.; SKOET, J.; SINGH, S. **What do we really know about the number and distribution of farms and family farms worldwide?** Background paper for The State of Food and Agriculture 2014. Rome: FAO, 2014. Disponível em: <http://www.fao.org/docrep/019/i3729e/i3729e.pdf>. Acesso em: 14 jun. 2017.

LUCAN, S. C.; BARG, F. K.; KARASZ, A.; PALMER, C. S.; LONG, J. A. Concepts of healthy diet among Urban, low-income, African Americans. **Journal of Community Health**, v.37, n.4, p.754-62, 2012.

LUPTON, D. Food, risk and subjectivity. In: WILLIAMS, S. J.; GABE, J.; CALNAN, M. (Org.). **Health, medicine and society: key theories, future agendas**. London: Routledge, p.205-217, 2000.

MACDIARMID, J. I. Is a healthy diet an environmentally sustainable diet? **Proceedings of the Nutrition Society**, v.72, n.01, p.13-20, 2013.

MACDIARMID, J. I.; KYLE, J.; HORGAN, G. W.; LOE, J.; FYFE, C.; JOHNSTONE, A.; MCNEILL, G. Sustainable diets for the future: can we contribute to reducing greenhouse gas

emissions by eating a healthy diet? **The American Journal of Clinical Nutrition**, v.96, n.3, p.632-9, 2012.

MACHADO, A. T.; SANTILLI, J.; MAGALHÃES, R. **A agrobiodiversidade com enfoque agroecológico: implicações conceituais e jurídicas**. Brasília: Embrapa Informação Tecnológica. 102p. 2008.

MAGAÑA-GOMEZ, J. A.; DE LA BARCA, A. M. Risk assessment of genetically modified crops for nutrition and health. **Nutrition Reviews**, v.67, n.1, p.1-16, 2009.

MALTA, D. C.; GRUPO TÉCNICO DE MONITORAMENTO DO PLANO DE DCNT. Avanços do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil, 2011-2015. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.25, n.2, p.373-390, 2016.

MALTA, D. C.; DIMECH, C. P. N.; MOURA, L.; SILVA JR, J. B.; GRUPO TÉCNICO DE MONITORAMENTO DO PLANO DE DCNT. Balanço do primeiro ano da implantação do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil, 2011 a 2022. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.22, n.1, p.171-178, 2013.

MALUF, R. Segurança Alimentar e Nutricional com Valorização da Cultura Alimentar. In: **Cultura e Alimentação**. Saberes alimentares e sabores culturais. Organizadores: Danilo Santos de Miranda e Gabriele Cornelli. São Paulo: SESC, 2007, p.143-50.

MARANHÃO, R. Usos contemporâneos do patrimônio cultural na alimentação - América. In: **Gastronomia: Cortes e Recortes**. Organizadores: Nancy de Pilla Montebello e Janine Hefst Leicht Collaço. Brasília: Senac, 2008.

MARTIN, N., GARCIA, A. C., LEIPERT, B. Photovoice and its potential use in nutrition and dietetic research. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research**, v.71, n.2, p.93-7, 2010.

MARTINELLI, S. S. CORTESE, R.D.M, CAVALLI, S.B. **Contribuições de guias alimentares para uma alimentação saudável e sustentável - No prelo**. In: Potira Preiss; Sérgio Schneider; Gabriela Coelho de Souza. (Org.). **A Contribuição Brasileira à Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável**. 11ed. Porto Alegre: UFRGS Editora, 2020.

MARTINS, K. A., FREIRE, M. C. M. Guias alimentares para populações: aspectos históricos e conceituais. **Brasília Médica**, v.45, n.4, p.291-302, 2008.

MARTINS, C. A.; SOUSA, A. A.; VEIROS, M. B.; GONZALEZ, D. A.; PROENCA, R. P. C.; Sodium content and labelling of processed and ultra-processed food products marketed in Brazil. **Public Health Nutrition**, v.18, n.7, p.1206-1214, 2015.

MASSET, E.; GELLI, A. Improving community development by linking agriculture, Nutrition and education: design of a randomised trial of “home-grown” school feeding in Mali. **Trials**, v.14, n.1, p.55, 2013.

MENASCHE, R. **Comida**: alimento transformado pela cultura. Revista Unisinos [Online], n.163, p. 8-12, 2005

MESSER, E. Anthropological perspectives on diet. **Annual Review of Anthropology**, v.13, p.205-49, 1984.

\_\_\_\_\_. Globalización y Dieta: significados, cultura y consecuencias en la nutrición. **Antropología y Nutrición**, México: Universidad Autónoma Metropolitana, p. 27-74. 2007.

MILBURN, L. S.; VAIL, B. A. Sowing the seeds of success: Cultivating a future for community gardens. **Landscape Journal**, v.29, n.1, p.1–10, 2010.

MILLS, S.; WHITE, M.; WRIEDEN, W.; BROWN, H.; STEAD, M.; ADAMS, J. Home food preparation practices, experiences and perceptions: A qualitative interview study with photo-elicitation. **PLoS ONE**, v.12, n.8, 2017.

MINTZ, S. W. Food and anthropology: a brief overview. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v.16, n.47, 2001.

MONTAGNESE, C.; SANTARPIA, L.; BUONIFACIO, M.; NARDELLI, A.; CALDARA, A. R.; SILVESTRI, E.; CONTALDO, F.; PASANISI, F. European food-based dietary guidelines: a comparison and update. **Nutrition**, v.31, p. 908-915, 2015.

MONTEIRO, C. A.; LEVY, R. B.; CLARO, R. M.; DE CASTRO, I. R.; CANNON, G. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public Health Nutrition**, v.14, n1, v.5-13, 2011.

MOOZ, E. D. **Disponibilidade Domiciliar de Alimentos Orgânicos**. Programa de Pós-Graduação em Ciências (Dissertação de Mestrado). Universidade de São Paulo. Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz”. 2012. 116p.

MORGAN, K. Greening the Realm: Sustainable Food Chains and the Public Plate. **Regional Studies**, v.42, n.9, p.1237-50, 2008.

MORGAN, K.; SONINNO, R. Empowering consumers: the creative procurement of school meals in Italy and the UK. **International Journal of Consumer Studies**, v.31, n.1, p.19-25, 2007.

MORLEY, A.; MCENTEE, J.; MARSDEN, T. Food futures: Framing the crisis. In: MARSDEN, T.; MORLEY, A. (Ed.). **Sustainable Food Systems: Building a New Paradigm**. Abingdon: Routledge, 2014.

MOSTAFALOU, S.; ABDOLLAHI, M. Pesticides: an update of human exposure and toxicity. **Archives of toxicology**, v.91, n.2, p.549-599, 2017.

MOZAFFARIAN, D.; ARO, A.; WILLETT, W. C. Health effects of trans-fatty acids: experimental and observational evidence. **European journal of clinical nutrition**, v. 63, n. 2, p. S5-S21, 2009.

MOULAIN, L. Liturgia de la mesa en Europa: una historia cultural del comer y del beber. Fonds Mercator, 2002, 423p.

MOYNIHAN, P. J.; KELLY, S. A. M. Effect on caries of restricting sugars intake: systematic review to inform WHO guidelines. **Journal of dental research**, v. 93, n. 1, p. 8-18, 2014.

MULLER, J. Percepção de consumidores em relação às terminologias caseiro, tradicional e original em rótulos de alimentos embalados com diferentes graus de processamento. Programa de Pós Graduação em Nutrição. Universidade Federal de Santa Catarina (Dissertação de Mestrado), 2016. 158p.

NEILL, C.; LEIPERT, B. D.; GARCIA, A. C.; KLOSECK, M. Using photovoice methodology to investigate facilitators and barriers to food acquisition and preparation by rural older women. **Journal of Nutrition in Gerontology and Geriatrics**, v.30, n.3, p.225-47, 2011.

NEIVA-SILVA, L.; KOLLER, S. H. O uso da fotografia na pesquisa em Psicologia. **Estudos de Psicologia** (Natal), v.7, n.2, p.237-250, 2002.

NEUMARK-SZTAINER D.; STORY M.; PERRY C.; CASEY M. A. Factors influencing food choices of adolescents: findings from focus-group discussions with adolescents. **Journal of the American Dietetic Association**, v.99, n.8, p.929-37, 1999.

NG, M.; FLEMING, T.; ROBINSON, M. et al. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. **The Lancet**, v.384, n.9945, p.766-81, 2014.

NISHIDA, W.; FERNANDES, A. C.; VEIROS, M. B.; GONZÁLEZ CHICA, D. A.; PROENÇA, R. P. C. A comparison of sodium contents on nutrition information labels of foods with and without nutrition claims marketed in Brazil. **British Food Journal**, v.118, n.7, p. 1594-1609, 2016.

NODARI, R. O.; GUERRA, M. P. Avaliação de riscos ambientais de plantas transgênicas. **Cadernos de Ciência & Tecnologia**, v.18, n.1, p.81-116, 2001.

NORDEN. **Nordic Nutrition Recommendations 2012: Integrating nutrition and physical activity**. Copenhagen Nordic Council of Ministers, 2014. Disponível em: <https://www.norden.org/en/theme/nordic-nutrition-recommendation/nordic-nutrition-recommendations-2012>. Acesso em: 22 abr. 2016.

NYGÅRD, B.; STORSTAD, O. De-globalization of food markets? Consumer perceptions of safe food: The case of Norway. **Sociologia ruralis**, v.38, n.1, p.35-53, 1998.

OHMER, M. L.; MEADOWCROFT, P.; FREED, K.; LEWIS, E. Community gardening and community development: Individual, social and community benefits of a community conservation program. **Journal of Community Practice**, v.17, p.377-399, 2009.

OHMORI, H.; FUJII, K.; KUNYASU, H. Significance of trans fatty acids in cancer (Review). **Journal of Nara Medical Association**, v.66, n.3-6, p.35-43, 2015.

O’KANE, G. A moveable feast: Contemporary relational food cultures emerging from local food networks. **Appetite**, v.105, p.218-31, 2016.

ONU. Organização das Nações Unidas. **The Sustainable Development Agenda**. 2017. Disponível em: <http://www.un.org/sustainabledevelopment/development-agenda/>. Acesso em: 03 set. 2017.

\_\_\_\_\_. Organização das Nações Unidas. ONU/WFP. Centro de Excelência Contra a Fome. Programa Mundial de Alimentos. **Relatório Anual 2015**. Brasília, 2015a. Disponível em: [http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/reports/wfp283575.pdf?\\_ga=1.35892704.1549204109.1483646851](http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/reports/wfp283575.pdf?_ga=1.35892704.1549204109.1483646851). Acesso em: 04 jul. 2017.

\_\_\_\_\_. Organização das Nações Unidas. **The Millennium Development Goals Report**. 2015b. 75p. Disponível em: [http://www.un.org/millenniumgoals/2015\\_MDG\\_Report/pdf/MDG%202015%20rev%20\(July%201\).pdf](http://www.un.org/millenniumgoals/2015_MDG_Report/pdf/MDG%202015%20rev%20(July%201).pdf). Acesso em: 08 abr. 2017.

\_\_\_\_\_. Organização das Nações Unidas. **Transformando Nosso Mundo: A Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável**, 2015c. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/wp-content/uploads/2015/10/agenda2030-pt-br.pdf>. Acesso em: 07 fev. 2016.

\_\_\_\_\_. **Declaração Universal dos Direitos Humanos**, 1948. Disponível em: [https://www.unicef.org/brazil/pt/resources\\_10133.htm](https://www.unicef.org/brazil/pt/resources_10133.htm). Acesso em: 03 dez. 2011.

\_\_\_\_\_. **Pacto Internacional Dos Direitos Econômicos, Sociais e Culturais**. Adoptado e aberto à assinatura, ratificação e adesão pela Assembleia Geral das Nações Unidas na sua Resolução N° 2200-A (XXI), de 16 de Dezembro de 1966. Disponível em: [http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ECidadania/educacao\\_para\\_a\\_Defesa\\_a](http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ECidadania/educacao_para_a_Defesa_a)

Seguranca\_e\_a\_Paz/documentos/pacto\_internacional\_sobre\_direitos\_economicos\_sociais\_culturais.pdf. Acesso em: 23 fev. 2017.

ORNELLAS, L. H. **A Alimentação Através dos Tempos**. Florianópolis: UFSC, 2008. 304p.

OTSUKI, K. Sustainable partnerships for a green economy: a case study of public procurement for homegrown school feeding. **Natural Resources Forum**, v.35, n.1, p.213–222, 2011.

PADILLA, M.; CAPONE, R.; PALMA, G. Sustainability of the food chain from field to plate: the case of the Mediterranean diet. In: BURLINGAME, B.; DERNINI, S. **Sustainable Diets and Biodiversity**. Rome: FAO, 2012.

PAIN H. A literature review to evaluate the choice and use of visual methods. **Int J Qual Methods**. 2012;11(4):303–319. doi: 10.1177/160940691201100401.

PAQUETTE, M. C. Perceptions of healthy eating: state of knowledge and research gaps. **Canadian Journal Public Health**, v.96, n.3, p.S15-9, S16-21, 2005.

PARMENTER, K.; WARDLE, J. Development of a general nutrition knowledge questionnaire for adults. **European Journal of Clinical Nutrition**, v.53, n.4, p.298–308, 1999.

PATRICIA, G. E.; VIZCARRA, M.; PALOMINO, A. M.; VALENCIA, A.; IGLESIAS, L.; SCHWINGEL, A. The photo-elicitation of food worlds: A study on the eating behaviors of low socioeconomic Chilean women. **Appetite**, v.111, p.96-104, 2017.

PEREIRA, R. A.; SANTOS, L. M. P. A dimensão da insegurança alimentar. **Revista de Nutrição**, n.21(Suplemento), p.7-13, 2008.

PESTEIL, P. Questions de goûts et de couleurs : les variantes agro-alimentaires en Corse à l'épreuve de la certification. **Journal des anthropologues** [En ligne], p.106-107, 2006.

PETRINI, C. **Slow Food Nation: Why Our Food Should Be Good, Clean, and Fair**. Rizzoli International Publications. 2007.

PIENIAK, Z.; VERBEKE, W.; VANHONACKER, F.; GUERRERO, L.; HERSLETH, M. Association between traditional food consumption and motives for general food choice in Europe. **Appetite**, v.53, n.1, p.101-8, 2009.

PLOEG, J. V. D. **Camponeses e impérios alimentares: lutas por autonomia e sustentabilidade na era da globalização**. Porto Alegre: UFRGS, 2008.

PIGNATI, W. A., LIMA, F.A.N; LARA, S.S.; CORREA, M.L.M., BARBOSA, J.R.;LEÃO, L.H.C.; PIGNATTI, M.G. Distribuição espacial do uso de agrotóxicos no Brasil: uma ferramenta para a Vigilância em Saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(10):3281-3293, 2017.

POLÔNIO, M. L. T.; PERES, F. Consumo de aditivos alimentares e efeitos à saúde: desafios para a saúde pública brasileira. *Cadernos de Saúde Pública*, v.25, n.8, p.1653-66, 2009.

POPE, C., MAYS, N. **Pesquisa qualitativa na atenção à saúde**. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed Editora; 2005.

POPKIN, B. M. Relationship between shifts in food system dynamics and acceleration of the global nutrition transition. *Nutrition Reviews*, v.75, n.2, p.73-82, 2017.

\_\_\_\_\_. Nutrition Transition and the Global Diabetes Epidemic. *Current Diabetes Reports*, v.15, n.9, p.64, 2015.

\_\_\_\_\_. Nutrition, agriculture and the global food system in low and middle income countries. *Food Policy*, v.1, n.47, p.91-96, 2014.

\_\_\_\_\_. Global nutrition dynamics: the world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *American Journal of Clinical Nutrition*, v.84, n.2, p.289-98, 2006.

\_\_\_\_\_. Nutritional patterns and transitions. *Population and Development Review*, v.19, n.1, 1993.

POPKIN, B.M.; ADAIR, L.S.; NG, S.W. Global nutrition transition and the pandemic of obesity in developing countries. *Nutrition Reviews*, v.70, n.1, p.3-21, 2012.

PORTO, M. F.; SOARES, W. L. Modelo de desenvolvimento, agrotóxicos e saúde: um panorama da realidade agrícola brasileira e propostas para uma agenda de pesquisa inovadora. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v.37, p.17-31, 2012.

POULAIN, J. P. **Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço alimentar**. Tradutores: Rossana Pacheco da Costa Proença, Carmen Silvia Rial e Jaimir Conte. Florianópolis: EDUFSC, 2012.

POULAIN, J. P. **Sociologia da alimentação. O comedor e o espaço social alimentar**. Tradutores: Rossana Pacheco da Costa Proença, Carmen Silvia Rial e Jaimir Conte. Florianópolis: EDUFSC, 2004.

POVEY, R.; CONNER, M.; SPARKS, P.; JAMES, R.; SHEPHERD, R. Interpretations of healthy and unhealthy eating, and implications for dietary change. *Health Education Research*, v.13, n.2, p.171-183, 1998.

POVEY, R. Lay interpretations of healthy eating. **Appetite**, v.24, n.3, p.284, 1995.

PRESCOTT-ALLEN, R.; PRESCOTT-ALLEN, C. How Many Plants Feed the World? **Conservation Biology**, v.4, n.4, p.365-74, 1990.

PROENÇA, R. P. D. C. **Aspectos organizacionais e inovação tecnológica em processos de transferência de tecnologia: uma abordagem antropotecnológica no setor de alimentação coletiva**. 1996. 327. (Doutorado em Engenharia de Produção). Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 1996.

PROENÇA, R.P.C.; SOUZA, A.A.; HERING, B.; VEIROS, M.B. **Qualidade Nutricional e Sensorial na Produção de Refeições**. Florianópolis: EDUFSC, 2005.

PROVENCHER, V.; JACOB, R. Impact of Perceived Healthiness of Food on Food Choices and Intake. **Current Obesity Reports**, v.5, n.1, p.65-71, 2016.

QUIVY, R.; CAMPENHOUDT, L. **Manual de investigação em ciências sociais**. Lisboa: Gradiva, 2003.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social: métodos e técnicas**. 3ª ed. São Paulo: Atlas, 2008. 334p.

RILEY, H.; BUTTRISS, J. L. A UK public health perspective: what is a healthy sustainable diet? **Nutrition Bulletin**, v.36, n.4, p.426-31, 2011.

RISTOVSKI-SLIJEPCEVICA, S.; CHAPMANA, G. E.; BEAGANB, B. L. Engaging with healthy eating discourse(s): Ways of knowing about food and health in three ethnocultural groups in Canada. **Appetite**, v.50, n.1, p.167–178, 2008.

RIZK, M.; TREAT, T. A. An Indirect Approach to the Measurement of Nutrient-Specific Perceptions of Food Healthiness. **Annals of Behavioral Medicine**, v. 48, n.1, p. 17-25, 2014.

RODRIGUES, V. M. **Informação nutricional complementar em rótulos de alimentos industrializados direcionados a crianças**. 2016. Tese (Doutorado em Programa de Pós-graduação em Nutrição) – Universidade Federal de Santa Catarina.

ROMEIKE, K.; ABIDI, L.; LECHNER, L.; DE VRIES, H.; OENEMA, A. Similarities and differences in underlying beliefs of socio-cognitive factors related to diet and physical activity in lower-educated Dutch, Turkish, and Moroccan adults in the Netherlands: A focus group study. **BMC Public Health**, v.16, n.1, 2016.

RONTELTAP, A., SIJTSEMA, S. J., DAGEVOS, H., DE WINTER, M. A. Construal levels of healthy eating. Exploring consumers' interpretation of health in the food context. ***Appetite***, v.59, n.2, p.333–40, 2012.

ROSE, G. Making photograph as a part of a research project: Photo-documentation, photo-elicitation and photo-essays. In: ***Visual methodologies. An introduction to researching with visual materials***, SAGE Publications Ltd, London, UK, 2012.

ROWE, J. Voices From the Inside: African American Women's Perspectives on Healthy Lifestyles. ***Health Education and Behavior***, v.37, n.6, p.789-800, 2010.

SABOURIN, E. Acesso aos mercados para a agricultura familiar: uma leitura pela reciprocidade e a economia solidária. ***Revista Econômica do Nordeste***, v.45, p.21-35, 2014.

SACCO DOS ANJOS, F.; CALDAS, N. V. Ventos do Sul Movem Moinhos: a experiência brasileira no combate à fome na última década. ***Textos & Contextos*** (Porto Alegre), v.16, n.1, p.215-230, 2017.

SACHS, I. ***Estratégias de transição para o século XXI - desenvolvimento e meio ambiente***. São Paulo: Nobel, 1993.

\_\_\_\_\_. ***Desenvolvimento: includente, sustentável, sustentado***. Rio de Janeiro: Garamond, 2004.

SAMBUICHI, R. H. R.; SPÍNOLA, P. A. C.; DE MATTOS, L. M.; DE ÁVILA, M. L.; DE MOURA, I. F.; DA SILVA, A. P. M. Análise da concepção da política nacional de agroecologia e produção orgânica. In: SAMBUICHI, R. H. R.; DE MOURA, I. F.; DE MATTOS, L. M.; DE ÁVILA, M. L.; SPÍNOLA, P. A. C.; DA SILVA, A. P. M. (Orgs.) ***A Política Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica no Brasil: uma trajetória de luta pelo desenvolvimento rural sustentável***. Brasília: Ipea, 2017. 463p.

SAMSEL, A.; SENEFF, S. Glyphosate, pathways to modern diseases II: Celiac sprue and gluten intolerance. ***Interdisciplinary Toxicology***, v.6, n.4, p.159-84, 2013a.

SASSATELLI, R.; DAVOLIO, F. Consumption, Pleasure and Politics Slow Food and the politico-aesthetic problematization of food. ***Journal of Consumer Culture***, v.10, n.2, 2010.

SAVCI, S. An agricultural pollutant: chemical fertilizer. ***International Journal of Environmental Science and Development***, v.3, n.1, p.77-80, 2012.

SCAPIN, T. ***Notificação dos açúcares de adição em rótulos de alimentos industrializados comercializados no Brasil***. Programa de Pós-Graduação em Nutrição (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Santa Catarina, 2016.

SCAPIN, T.; FERNANDES, A. C.; PROENCA, R. P. C. Added sugars: definitions, classifications, metabolism and health implications. **Revista de Nutrição**, v.30, p.1-12, 2017.

SCHERMEL, A.; MENDOZA, J.; HENSON, S.; DUKESHIRE, S.; PASUT, L.; EMRICH, T. E.; LOU, W.; QI, Y.; L'ABBE, M. R. Canadians' Perceptions of Food, Diet, and Health – A National Survey. **PLOS ONE**, v.9, n.1, 2014.

SCHIFFMAN, L.;KANUK, L.L. **Comportamento do Consumidor**.6ª edição. Editora: LTC, 2000.

SCHOENBERG, N. E.; HOWELL, B. M.; SWANSON, M.; GROSH, C.; BARDACH, S. Perspectives on healthy eating among appalachian residents. **Journal of Rural Health**, v.29, n.1, p.s25-s34, 2013.

SCHÖSLER, H; DE BOER,J; BOERSEMA, J.J. Can we cut out the meat of the dish? Constructing consumer-oriented pathways towards meat substitution. **Appetite**. 2012 Feb;58(1):39-47.

SCHWARCZ, L. M. Complexo de Zé Carioca. Notas sobre uma identidade mestiça e malandra. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, n.29, 1995.

SELVEY, L. A.; CAREY, M. G. Australia's dietary guidelines and the environmental impact of food "from paddock to plate". **Medical J Australia**, v. 198, n. 1, p. 18-9, 2013.

SEN, A. K. **Desenvolvimento como liberdade**. São Paulo: Companhia das letras, 2000.

SÉRALINI, G.-E.; CLAIR, E.; MESNAGE, R.; GRESS, S.; DEFARGE, N.; MALATESTA, M.; HENNEQUIN, D.; DE VENDÔMOIS, J. S. RETRACTED: Long term toxicity of a Roundup herbicide and a Roundup-tolerant genetically modified maize. **Food and Chemical Toxicology**, v.50, n.11, p.4221-4231, 2012.

SÉRALINI, G.-E.; CLAIR, E.; MESNAGE, R.; GRESS, S.; DEFARGE, N.; MALATESTA, M.; HENNEQUIN, D.; DE VENDOMOIS, J. Republished study: long-term toxicity of a Roundup herbicide and a Roundup-tolerant genetically modified maize. **Environmental Sciences Europe**, v.26, n.1, p.14, 2014.

SHAO, Q.; CHIN, K. V. Survey of American food trends and the growing obesity epidemic. **Nutrition Research and Practice**, v.5, n.3, p.253-9, 2011.

SINGER, P. **A economia solidária no governo federal**. IPEA, Mercado de Trabalho, n.24, p.3-5, 2004.

SILVA, D. C. A.; FRAZÃO, I. S.; OSORIO, M. M.; VASCONCELOS, M. G. L. Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.20, n.11, 2015.

SILVEIRA, B. M.; GONZÁLEZ CHICA, D. A.; PROENCA, R. P. C. Report of trans fat on labels of Brazilian foods products. **Public Health Nutrition**, v.16, n.12, p.2146-2153, 2013.

SILVERMAN, D. **Interpretações de dados Qualitativos: Métodos para análise de entrevistas, textos e interações**. Grupo A: Artmed, 2009.

SKERRETT, P. J.; WILLETT, W. C. Essentials of healthy eating: a guide. **Journal of midwifery & women's health**, v.55, n.6, p.492-501, 2010.

SLOW FOOD. **Slow Food Foundation for Biodiversity**. Ark of Taste. 2017. Disponível em: <<http://www.fondazione Slow Food.com/en/what-we-do/the-ark-of-taste/>>. Acesso em: 22 abr. 2017.

\_\_\_\_\_. **Movimento Slow Food**. 2007. Disponível em: <http://www.slowfoodbrasil.com/slowfood/o-movimento>. Acesso em: 28 set. 2017

SMITH L. P.; NG, S. W.; POPKIN, B. M. Resistant to the recession: US adults maintain cooking and away-from-home eating patterns during times of economic turbulence. **American Journal of Public Health**, v.104, n.5, p.840–846, 2014.

SMITH, K. C.; KROMM, E. E.; BROWN, N. A.; KLASSEN, A. C. “I come from a black-eyed pea background”: the incorporation of history into women's discussions of diet and health. **Ecology of Food and Nutrition**, v.51, n.1, p.79-96, 2012.

SOUSA, A. A. D., SILVA, A. P. F. D., AZEVEDO, E. D., & RAMOS, M. O Cardápios e sustentabilidade: ensaio sobre as diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar. *Revista de Nutrição*, 217-229.

SPRINGMANN, M.; MASON-D'CROZ, D.; ROBINSON, S.; GARNETT, T.; GODFRAY, H. C. J.; GOLLIN, D.; RAYNER, M.; BALLON, P.; SCARBOROUGH, P. Global and regional health effects of future food production under climate change: a modelling study. **The Lancet**, v.387, n.10031, p.1937-46, 2016.

SROUR, BERNARD ; FEZEU, LÉOPOLD K ; KESSE-GUYOT, EMMANUELLE ; ALLÈS, BENJAMIN ; MÉJEAN, CAROLINE ; ANDRIANASOLO, ROLAND M ; CHAZELAS, ELOI ; DESCHASAUX, MÉLANIE ; HERCBERG, SERGE ; GALAN, PILAR ; Monteiro, Carlos A ; JULIA, CHANTAL ; TOUVIER, MATHILDE . Ultra-processed food intake and risk of cardiovascular disease: prospective cohort study (NutriNet-Santé). *BMJ. British Medical Journal (Clinical Research Ed.)*, v. 365, p. 11451, 2019.

STEPTOE, A.; POLLARD, T. M.; WARDLE, J. Development of a measure of the motives underlying the selection of food –the Food Choice Questionnaire. **Appetite**, v.25, n.3, p. 267–284, 1995.

SUSTAINABLE DEVELOPMENT COMMISSION. **Setting the table: advice to government on priority elements of sustainable diets**, 2009.

SWANSON, N. L.; LEU, A.; ABRAHAMSON, J.; WALLET, B. Genetically engineered crops, glyphosate and the deterioration of health in the United States of America. **Journal of Organic Systems**, v.9, n.2, 2014.

TE MORENGA, L.; MALLARD, S.; MANN, J. Dietary sugars and body weight: systematic review and meta-analyses of randomised controlled trials and cohort studies. **Bmj**, v. 346, p. e7492, 2013.

TERMOTE, C.; RANERI, J.; DEPTFORD, A.; COGILL, B. Assessing the potential of wild foods to reduce the cost of a nutritionally adequate diet: an example from eastern Baringo District, Kenya. **Food and Nutrition Bulletin**, v.35, n.4, p.458-79, 2014.

TERRAZZAN, P., VALARINI, P. J. Situação do mercado de produtos orgânicos e as formas de comercialização no Brasil. *Informações econômicas*, 39(11), 27-40, 2009.

THOMPSON, A. K.; MINIHANE, A-M.; WILLIAMS, C. M. Trans fatty acids, insulin resistance and diabetes. **European journal of clinical nutrition**, v. 65, n. 5, p. 553-564, 2011.

THONGPRAKAIKANG, S.; THIANANAWAT, A.; RANGKADILOK, N.; SURIYO, T.; SATAYAVIVAD, J. Glyphosate induces human breast cancer cells growth via estrogen receptors. **Food and Chemical Toxicology**, v.59, p.129-36, 2013.

TORAL, N.; CONTI, M. A.; SLATER, B. Healthy eating according to teenagers: Perceptions, barriers, and expected characteristics of teaching materials. **Cadernos de Saude Pública**, v.25, n.11, p.2386-94, 2009.

TOWLER, G.; SHEPHERD, R. Development of a nutritional knowledge questionnaire. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.3, n.4, p.255-264, 1990.

TRICHES, R. M.; SCHNEIDER, S. Alimentação escolar e agricultura familiar: reconectando o consumo à produção. **Saúde e Sociedade**, v.19, n.4, p.933-945, 2010.

TROVATTO, C. M. M.; BIANCHINI, V.; DE SOUZA, C.; MEDAETS, J. P.; RUANO, O. A construção da política nacional de agroecologia e produção orgânica: um olhar sobre a gestão do primeiro plano nacional de agroecologia e produção orgânica. In: SAMBUICHI, R. H. R.; MOURA, I. F.; MATTOS, L. M.; ÁVILA, M. L.; SPINOLA, P. A. C.; SILVA, A. P. M. A

**Política Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica no Brasil: Uma trajetória de luta pelo desenvolvimento rural sustentável.** Brasília: IPEA, 2017. 463 p.

TURCIOS, A.; PAPENBROCK, J. Sustainable Treatment of Aquaculture Effluents-What Can We Learn from the Past for the Future? **Sustainability**, v. 6, n. 2, p. 836, 2014.

TURK, M. T.; FAPOHUNDA, A.; ZOUCHA, R. Using Photovoice to Explore Nigerian Immigrants' Eating and Physical Activity in the United States. **Journal of Nursing Scholarship**, v.47, n.1, p.16-24, 2014.

UNEP. United Nations Environment Programme. **The critical role of global food consumption patterns in achieving sustainable food systems and food for all.** Paris: UNEP, 2012.

\_\_\_\_\_. United Nations Environment Programme. **Life Cycle Assessment.** 2016. Disponível em: <http://www.unep.org/resourceefficiency/Consumption/StandardsandLabels/MeasuringSustainability/LifeCycleAssessment/tabid/101348/Default.aspx>. Acesso em: 10 mai. 2017.

UNITED KINGDOM. **Foresight. The Future of Food and Farming. Final Project Report.** London: The Government Office for Science, 2011.

USA. Dietary Guidelines Advisory Committee. Chapter 5: **Food Sustainability and Safety,** 2015. Disponível em: <https://health.gov/dietaryguidelines/2015-scientific-report/10-chapter-5/>. Acesso em: 10 abr. 2017.

VAN DOOREN, C.; MARINUSSEN, M.; BLONK, H.; AIKING, H.; VELLINGA, P. Exploring dietary guidelines based on ecological and nutritional values: A comparison of six dietary patterns. **Food Policy**, v.44, p.36-46.

VAN DYKE, N.; DRINKWATER, E. J. Relationships between intuitive eating and health indicators: literature review. **Public Health Nutrition**, v.17, n.8, p.1757-1766, 2014.

VANHONACKER, F.; VERBEKE, W.; GUERRERO, L.; CLARET, A.; CONTEL, M.; SCALVEDI, L.; ZAKOWSKA-BIEMANS, S.; GUTKOWSKA, K.; SULMONT-ROSSE', C.; RAUDE, J.; GRANLI, B. S.; HERSLETH, M. How european consumers define the concept of traditional food: evidence from a survey in six countries. *Agribusiness*, v. 26, n. 4, p. 453- 476, 2010

VERBEKE, W.; SIOEN, I.; PIENIAK, Z.; VAN CAMP, J.; DE HENAUW, S. Consumer perception versus scientific evidence about health benefits and safety risks from fish consumption. **Public Health Nutrition**, v.8, n.4, p.422-429, 2005.

VERMEIR, I.; VERBEKE, W. Sustainable food consumption among young adults in Belgium: Theory of planned behaviour and the role of confidence and values. **Ecological economics**, v.64, n.3, p.542-553, 2008.

VILÀ, I. Analysis of implementation intentions in healthy eating. **International Review on Public and Nonprofit Marketing**, v.14, n.2, p.269-270, 2017.

VOINEA, L.; ATANASE, A., SCHILERU, I. Perceptions of the slow food cultural trend among the youth. **Contemporary Approaches and Challenges of Tourism Sustainability**, v.18, n.10, p.847-861, 2016.

WAHLQVIST, M. L.; LEE, M. S. Regional food culture and development. **Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition**, 16 Suppl, n.1, p.2-7, 2007.

WANG, D. D.; HU, F. B. Dietary Fat and Risk of Cardiovascular Disease: Recent Controversies and Advances (Review). **Annual Review of Nutrition**, v.37, n.37, p.423-446, 2017.

WFP. World Food Programme. **Home-grown school feeding a framework to link school feeding with local agricultural production**. Rome: FAO, 2009, 80p.

WHO. World Health Organization. **Guideline: Sugars intake for adults and children**. Geneva: WHO. 59p. 2015a.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Rome Declaration on Nutrition**. Second International Conference on Nutrition. Rome: FAO/WHO; 2014.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013-2020**. Geneva, Switzerland: WHO, 2013. 55 p.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Our Planet, Our Health, Our Future**. Human health and the Rio Conventions: biological diversity, climate change and desertification. Geneva: WHO, 2012. 58p

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Global Status Report on noncommunicable diseases 2010**. Geneva: WHO, 2010. 176 p.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Obesity and overweight**. 2008. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>. Acesso em: 21 set. 2016.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**. 2004. Geneva: WHO. Disponível em: [http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy\\_english\\_web.pdf](http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf). Acesso em: 24 jul. 2017.

\_\_\_\_\_. World Health Organization. **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases.** Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. Geneva: WHO, 2003.

WILK, R. R. “Real Belizean Food:” Building Local Identity in the Transnational Caribbean. **American Anthropologist**, v.101, n.2, p.244–255, 1999.

WILLIAMS L. K; Abbott, G;Thornton, L.E.;Worsley, A, Ball, K; Crawford, D. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity** , 11:33, 2014.

WILSON, N.; NGHIEM, N.; NI MHURCHU, C.; EYLES, H.; BAKER, M. G.; BLAKELY, T. Foods and dietary patterns that are healthy, low-cost, and environmentally sustainable: a case study of optimization modeling for New Zealand. **PloS one**, v.8, n.3, p.e59648, 2013.

WINSON, A. The Demand for Healthy Eating: Supporting a Transformative Food “Movement”. **Rural Sociology**, v.75, n.4, p.584–600, 2010.

WOORTMAN, K.; WOORTMAN, E. F. **O significado do alimento na família camponesa.** **Revista Unisinos** [Online], p.12-16, 2005.

WOROBAY, H. K.; OSTAPKOVICH, K.; YUDIN, J.; WOROBAY, J. Trying versus liking fruits and vegetables: Correspondence between mothers and preschoolers. **Ecology of Food and Nutrition**, v. 49, n.2, p.87-97, 2010.

YIN, R.K. Qualitative research from start to finish. New York: The Guilford Press, 2011.

ŻAKOWSKA-BIEMANS, S. Polish consumer food choices and beliefs about organic food, **British Food Journal**, Vol. 113 No. 1, pp. 122-137, 2011.

## APÊNDICES

### APÊNDICE A – ROTEIRO REGISTRO FOTOGRÁFICO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Primeiramente eu gostaria que nos próximos dias, até a data da nossa entrevista você fizesse o **registro fotográfico de momentos da sua alimentação que você considera, por qualquer motivo, importante registrar por ser importante pra você** (seja por que gosta, não gosta, seja pelo ingrediente, pela história do alimento, por algo que aconteceu no dia, por querer fotografar, por te lembrar algo, enfim, qualquer motivo).

Pode ser foto de **suas refeições de modo geral** (café da manhã, almoço, jantar, lanches, sobremesas). Pode ser foto de **algum alimento ou ingrediente específico, de algum preparo, algo que comprou**. Pode ser foto do **prato servido, de uma mesa pronta, de panelas com alguma preparação**. Pode ser também de **algum restaurante, bar ou outro lugar que você tenha feito sua refeição ou tenha comprado algo**. Pode ser de **alguma festa ou evento** que envolva alimentos, dentre outras infinitas possibilidade. Ou seja, não há certo ou errado. ***Se for algo que, de alguma forma se relaciona com a sua alimentação e que você considere importante, relevante, interessante registrar eu gostaria de saber.*** As fotos são importantes para auxiliar na nossa conversa.

**IMPORTANTE:** Não precisa aparecer rosto de pessoas. **Não há fotos boas e ruins, certo ou errado**, isso não será avaliado. Não precisa ser um registro alimentar de tudo aquilo que você irá consumir nos próximos dias, mas sim aquilo que considera importante registrar. E também não tem problema ser foto de todas as refeições se você considerar isso importante.

## APÊNDICE B – GUIA DE ENTREVISTA

### 1º estágio descrição da fotografia

- Gostaria que você me descrevesse essa fotografia: O que ela apresenta? Em que situação foi registrada? (O pesquisador buscará identificar o local e horário que a fotografia foi tirada. Quem participava do momento. O que aquela imagem representa. Porque ela foi tirada/escolhida)

### 2º Questões Centrais

- Pensando em uma alimentação saudável selecione imagens ou elementos dessas imagens que você relaciona com uma alimentação saudável. Você pode olhar novamente as imagens registradas.

-Eu gostaria de saber o **porquê** dessa escolha. O que (os aspectos mencionados) representam para a ocasião em que a imagem foi registrada. Esse procedimento poderá ocorrer para todas as fotos.

-O que quer dizer alimentação saudável pra você (relembrar primeiro questionário)

-Teria algo em alguma imagem que considera não saudável - saber o **porquê** dessa escolha. O que (os aspectos mencionados) representam para a ocasião em que a imagem foi registrada

### Questões adicionais

- Sabe dizer se teve algum momento específico ou mais de um momento que passou a pensar/buscar uma alimentação mais saudável (pensando no que disse sobre alimentação saudável)

- Porque é importante, porque decidiu isso? Quais modificações fez na alimentação [identificar as motivações da mudança]; [identificar alimentos que passou a comer por considerar saudável e porque considera saudável]; [identificar alimentos que comia e agora não come mais por não considerar saudável]

- Gostaria que pensasse em alimentos que fazem parte da sua história familiar, cultural [tentar fazer a pessoa a pensar nesses alimentos e citá-los]; [identificar a relação dos mesmos com o conceito de saudável da pessoa, se deixou de comer por não considerar saudável, se come fazendo modificações]

### Questão final

*Uso dos estímulos visuais do pesquisados*

*Eu trouxe aqui algumas imagens e eu gostaria que você me falasse o que vê nessas fotografias (O participante será orientado para discorrer sobre as imagens e seus elementos). Nesse momento eu gostaria que você relacionasse essas imagens com o que discutimos sobre alimentação saudável.*

*[discutir sobre: uso de agrotóxicos, transgênicos, cadeia curta, sazonalidade, diversidade alimentar e PANC, cultivo de alimentos, alimentos de festividades]*

*Outras questões finais: identificar o saudável relacionado a comer com prazer, cozinhar*

### APENDICE C – ESTÍMULOS VISUAIS UTILIZADOS PELO ENTREVISTADOR



Beldroega

Bertalha



Ora pro nobis

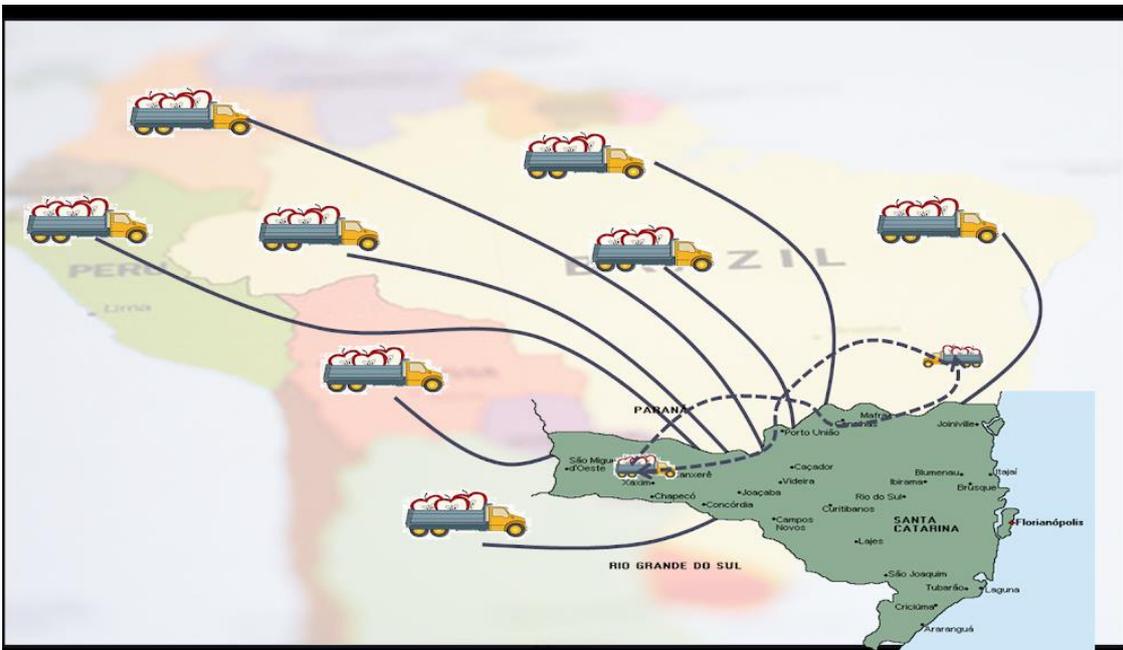
Serralha



Taioba

Caruru







## CALENÁRIO AGRÍCOLA



## ANEXOS

### ANEXO A– APROVAÇÃO COMITÊ DE ÉTICA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



#### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

##### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Significados atribuídos à alimentação saudável nas práticas alimentares de indivíduos adultos de Florianópolis

**Pesquisador:** Suzi Barletto Cavalli

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 85914718.0.0000.0121

**Instituição Proponente:** CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

##### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 2.730.243

##### Apresentação do Projeto:

Trata-se de uma pesquisa do Programa de Pós- Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina , de Carla Cristina Secchi sob orientação da Profa Suzi Barletto Cavalli , que assina a folha de rosto como pesquisadora responsável juntamente com a Profa Marcea Boro Vieiras, Chefe de Departamento da Nutrição. Trata-se de um estudo transversal com uso de abordagem qualitativa por meio da técnica de foto-elicitación. A coleta de dados será realizada em 50 voluntários e em duas etapas. Primeiramente, será realizada uma etapa de seleção da amostra, seguida de caracterização dos indivíduos selecionados, por meio de entrevista fechada com uso de questionário estruturado. A segunda etapa (central para o estudo) será conduzida por meio de entrevista aberta em profundidade com uso de roteiro semi-estruturado e técnica de foto elicitação

##### Objetivo da Pesquisa:

**Objetivo Primário:**

Compreender como aspectos simbólicos e sustentáveis são entendidos e incorporados às percepções sobre alimentação saudável de indivíduos adultos de Florianópolis.

**Objetivo Secundário:**

**Endereço:** Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401  
**Bairro:** Trindade **CEP:** 88.040-400  
**UF:** SC **Município:** FLORIANOPOLIS  
**Telefone:** (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br



UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 2.730.243

Em indivíduos adultos de Florianópolis: \*Conhecer a percepção sobre alimentação saudável\* Identificar a percepção de aspectos simbólicos e sustentáveis como parte de uma alimentação saudável\* Compreender os significados atribuídos aos aspectos simbólicos e sustentáveis de uma alimentação saudável\* Analisar a influência de aspectos simbólicos e sustentáveis na percepção sobre alimentação saudável.

#### **Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

##### **Riscos:**

A pesquisa pode provocar algum constrangimento devido a perguntas pessoais, à gravação das suas falas e discussão sobre fotografias parte do contexto real do indivíduo. Além disso, as atividades envolvem um gasto de tempo, podendo provocar algum desconforto. Os registros fotográficos irão ocorrer durante duas semanas. Também estima-se um tempo aproximado de 90 minutos para entrevista. Todas as atividades serão conduzidas em locais e horários previamente combinados conforme sua disponibilidade e preferência. Ressalta-se que os participantes serão informados sobre esse risco e podem desistir a qualquer momento da pesquisa.

##### **Benefícios:**

Os benefícios da participação nessa pesquisa são relativos a melhora do seu conhecimento sobre o tema de alimentação e nutrição. Além disso, você receberá um material com estratégias para comprar e preparar alimentos saudáveis. Os resultados desta pesquisa fornecerão subsídios para a criação de ações públicas voltadas para as famílias e direcionadas à adoção de hábitos alimentares saudáveis.

#### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

A pesquisa apresenta pertinência, fundamentação bibliográfica, clareza em seus objetivos e potencial para contribuir com a linha de pesquisa que se encaixa.

#### **Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

FOLHA DE ROSTO - apresentada e assinada pelo Chefe de Departamento coordenador da Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina;

DECLARAÇÕES – Declaração(ões) do(s) responsável(is) legal(is) pela(s) instituição(ões) proponente, autorizando-a nos termos da resolução 466/12;

TCLE - Apresenta TCLE que atende todas as exigências da resolução 466/12;

CRONOGRAMA - Cronograma previsto para iniciar em Julho de 2018;

ORÇAMENTO – apresentado, dentro das condições para a pesquisa e financiamento próprio;

**Endereço:** Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401

**Bairro:** Trindade

**CEP:** 88.040-400

**UF:** SC

**Município:** FLORIANOPOLIS

**Telefone:** (48)3721-6094

**E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 2.730.243

ROTEIRO DE ENTREVISTA APRESENTADO - de acordo com os objetivos da pesquisa no projeto;

**Recomendações:**

Nada a declarar.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Aprovado.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1046582.pdf	27/05/2018 10:58:55		Aceito
Outros	CartaRespostaComiteFinal.pdf	26/05/2018 10:23:49	Suzi Barletto Cavalli	Aceito
Outros	Autorizacaoproponente.pdf	23/05/2018 19:29:01	Suzi Barletto Cavalli	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMAnovo.pdf	21/05/2018 17:56:52	Suzi Barletto Cavalli	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.pdf	16/02/2018 22:39:36	Suzi Barletto Cavalli	Aceito
Outros	INSTRUMENTOS.pdf	16/02/2018 22:34:43	Suzi Barletto Cavalli	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	16/02/2018 19:13:44	Suzi Barletto Cavalli	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto_assinado.pdf	16/02/2018 19:09:47	Suzi Barletto Cavalli	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não