

**Universidade de São Paulo  
Faculdade de Saúde Pública**

**Perfil sociodemográfico e consumo alimentar de  
acordo com a classificação Nova segundo práticas  
alimentares autodeclaradas entre participantes do  
estudo NutriNet-Brasil**

Marhya Júlia Silva Leite

Trabalho apresentado à disciplina Trabalho de  
Conclusão Curso II – 0060029, como requisito  
parcial para a graduação no Curso de Nutrição da  
FSP/USP.

Orientadora: Dr<sup>a</sup>. Kamila Tiemann Gabe

São Paulo

2024

# **Perfil sociodemográfico e consumo alimentar de acordo com a classificação Nova segundo práticas alimentares autodeclaradas entre participantes do estudo NutriNet-Brasil**

Marhya Júlia Silva Leite

Trabalho apresentado à disciplina Trabalho de Conclusão Curso II – 0060029, como requisito parcial para a graduação no Curso de Nutrição da FSP/USP.

Orientadora: Dr<sup>a</sup>. Kamila Tiemann Gabe

São Paulo

2024

O conteúdo deste trabalho é publicado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional – CC BY 4.0



## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho à minha avó Júlia, que partiu no final do ano passado e não pôde testemunhar a conclusão da minha graduação. Sua incessante curiosidade e apoio, mesmo nos seus momentos finais, foram fundamentais na minha jornada acadêmica e moldaram minha paixão pelo conhecimento. Serei eternamente grata por tudo o que a senhora representou em minha vida.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente aos meus pais, Júlio e Diana, que sempre me proporcionaram uma base sólida e inabalável, além de apoio constante para que eu pudesse seguir meu caminho da melhor forma possível. Sua dedicação e amor foram essenciais para que eu chegasse até aqui.

Ao meu irmão João Pedro, expresso minha gratidão por estar ao meu lado diariamente, oferecendo apoio, incentivo e momentos de descontração, além de sempre me lembrar da importância da família em minha vida. Sua presença é um pilar imprescindível para mim.

Agradeço profundamente meu noivo, Vinícius, que, com sua confiança em mim, me incentiva a correr atrás e alcançar meus objetivos e sonhos. Seu amor e presença ao meu lado a todo tempo tem sido uma fonte constante de motivação e força.

Agradeço à minha sogra, Michele, que sempre acreditou no meu potencial e deixou claro que vislumbra um futuro incrível para mim. Seu apoio e encorajamento têm sido valiosos em minha trajetória.

À minha cunhada Bruna, agradeço por ser uma companheira de vida que me inspira a seguir meus sonhos e a lutar por aquilo que almejo. Sua amizade é um presente inestimável.

Agradeço também ao meu sogro, Carlos, e à minha cunhada Manuela, que foram fundamentais nos momentos em que precisei de desconexão em relação à faculdade, mesmo sem perceberem. Sua presença sempre trouxe um conforto significativo em minha rotina.

Meus agradecimentos se estendem aos meus amigos da ETEC Dr. Celso Giglio - Osasco II, Maryna, Caroline, Heitor e Lucas, que se tornaram uma segunda família, proporcionando apoio e tranquilidade nos momentos mais desafiadores. Sua amizade foi essencial para minha formação pessoal.

À minha amiga Ana Júlia, que iniciou a faculdade ao meu lado, expresso minha gratidão por ter me incentivado a continuar estudando durante o cursinho, acreditando em nosso futuro como alunas da melhor universidade da América Latina. Sua determinação é inspiradora.

Agradeço às minhas amigas de turma da faculdade, Isabela, Samantha, Susanne, Carol, Naomi e Sara, que, apesar de tê-las conhecido mais recentemente, estiveram presentes nos momentos mais significativos, facilitando a trajetória até este momento final. A amizade que compartilhamos foi crucial.

Agradeço aos meus vizinhos, Glória, Washington, Vera e Roberto, pelo carinho desde a infância até aos questionamentos e interesse pelo andamento da graduação. Seu apoio foi fundamental ao meu crescimento pessoal e profissional.

Meus agradecimentos vão ainda aos meus professores da graduação, que desempenharam um papel indispensável em meu desenvolvimento profissional. Em especial, expresso minha gratidão à professora Aline Martins de Carvalho, que foi essencial na minha formação e me inspirou a me aprofundar na pesquisa em duas iniciações e trabalhos paralelos para o grupo de pesquisa que coordena, o Sustentarea, fazendo meus olhos brilharem ainda mais pelo mundo acadêmico, o qual buscarei seguir trilhando.

Além disso, agradeço à professora Fernanda Rauber e ao Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS-USP), grupo que foi muito importante para mim e onde conheci diversos professores e pesquisadores de referência, como Patrícia Jaime, Carlos Monteiro, Maria Laura Louzada, minha orientadora, Kamila, e muitos outros, que frequentemente me ajudaram a me tornar uma pesquisadora melhor. O NUPENS foi um espaço de aprendizado e crescimento inestimáveis.

À minha orientadora Kamila, agradeço pela confiança em mim e por aceitar trabalhar neste projeto de TCC. Sua orientação, que mesclou maestria e dedicação, foi um fator determinante para o sucesso desta jornada.

Por fim, agradeço à diretoria e administração da Universidade de São Paulo, da Faculdade de Saúde Pública, da Faculdade de Medicina e do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP, por proporcionarem os meios fundamentais e adequados para que eu pudesse me aprofundar nos estudos, monitorias, extensões, congressos, entre outras atividades e experiências essenciais ao meu crescimento pessoal e profissional. Seu compromisso com a educação é admirável.

## EPÍGRAFE

*“Somos uma cozinha onde muitos mundos se encontram e onde nos reinventamos em cada prato.” - O Povo Brasileiro, Darcy Ribeiro (1995)*

Leite MJS. Perfil sociodemográfico e consumo alimentar de acordo com a classificação Nova segundo práticas alimentares autodeclaradas entre participantes do estudo NutriNet-Brasil [Trabalho de Conclusão de Curso - Curso de Graduação em Nutrição]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2024.

## RESUMO

**Introdução:** A alimentação humana vem passando por mudanças, com padrões que priorizam a redução do consumo de alimentos de origem animal por diversas causas, incluindo ética animal, saúde e meio ambiente, tais como práticas alimentares veganas e vegetarianas. Por outro lado, há uma crescente preocupação em relação ao consumo de produtos ultraprocessados, que vem crescendo em diversas populações. **Objetivo:** Este trabalho buscou descrever o perfil sociodemográfico e o consumo alimentar de acordo com a classificação Nova segundo práticas alimentares autodeclaradas entre participantes do estudo NutriNet-Brasil. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal com dados da coorte NutriNet-Brasil, incluindo participantes que responderam ao menos três recordatórios alimentares de 24 horas, que reportaram a mesma prática alimentar nos três inquéritos e sem informação faltante para variáveis sociodemográficas. As práticas estudadas foram "Sem carne vermelha", "Vegetariana", "Vegana" e "Onívora". As variáveis sociodemográficas incluíram gênero, raça/cor, faixa etária, macrorregião de residência, escolaridade e renda. O consumo alimentar foi descrito por meio do percentual calórico de cada grupo da classificação Nova, considerando a média dos três inquéritos, segundo cada prática alimentar. A contribuição de cada grupo da Nova no consumo alimentar entre as diferentes práticas foi comparada por meio de regressão linear multivariada. **Resultados:** Serão publicados em revista da área. **Conclusões:** Serão publicadas em revista da área.

**Descritores:** Alimentos Ultraprocessados; Dieta Baseada em Plantas; Fatores Sociodemográficos; Guias Alimentares.

# SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>9</b>
<b>2. OBJETIVO</b>	<b>12</b>
2.1 OBJETIVOS GERAIS	12
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	12
<b>3. MÉTODO</b>	<b>12</b>
3.1 O ESTUDO NUTRINET-BRASIL	12
3.2 DESENHO DO PRESENTE ESTUDO	14
3.2.2 Variáveis De Estudo e Análise De Dados	14
3.2.2.1 Identificação Das Práticas Alimentares	14
3.2.2.2 Identificação Das Variáveis Sociodemográficas	14
3.2.2.3 Descrição Do Consumo Alimentar	15
3.2.3 Análise Estatística	16
<b>4. RESULTADOS</b>	<b>17</b>
<b>5. DISCUSSÃO</b>	<b>17</b>
<b>6. CONCLUSÕES</b>	<b>17</b>
<b>7. IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA NO CAMPO DE ATUAÇÃO</b>	<b>17</b>
<b>8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>18</b>



## 1. INTRODUÇÃO

A alimentação humana é composta por diversos grupos alimentares, como cereais, leguminosas, frutas, vegetais, carnes e laticínios, cuja disponibilidade varia ao redor do mundo devido a fatores geográficos, econômicos e políticos (Ministério da Saúde, 2014). O consumo de alimentos é influenciado por tradições, religiões, hábitos e biodiversidade locais, resultando em padrões alimentares específicos de cada cultura. Por exemplo, no Brasil, alimentos como arroz, feijão e carne vermelha formam a base da nossa alimentação tradicional (Mintz et al, 2002; Antunes et al., 2021), padrão que é produto de influências indígenas, africanas e europeias na culinária do país (Kiple et al, 2000). Assim, variações regionais são derivadas da diversidade cultural e biológica de cada região.

A prática alimentar onívora, caracterizada pelo consumo de alimentos de origem tanto animal quanto vegetal, é predominante na maioria das culturas. Esta prática é capaz de fornecer uma ampla gama de nutrientes essenciais quando realizada de forma balanceada. Por outro lado, o consumo de produtos de origem animal é associado ao maior impacto ambiental devido a produção da carne e laticínios, por exemplo, a qual contribui diretamente para o aumento de emissões de gases de efeito estufa e uso intensivo de recursos naturais como o solo e a água (Katz et al, 2014). Por isso, alternativas alimentares, como dietas vegetarianas e veganas, ganham cada vez mais espaço como uma forma de resposta a esses desafios, já que, ao mesmo tempo, promovem a saúde humana e a sustentabilidade ambiental (Sabaté et al, 2014).

A alimentação vegetariana pode ser dividida em diferentes grupos, porém, no geral, é caracterizada como aquela em que se exclui carnes de boi, porco, aves e peixes. São tipos de vegetarianismo as práticas lacto-vegetariana, em que se exclui todos os tipos de carne e ovos, mas inclui leite e laticínios; ovo-vegetariana, onde há a exclusão de todos os tipos de carnes, leite e laticínios, mas inclui ovos; ovo-lacto-vegetariana, em que retira-se todos os tipos de carne, mas inclui ovos, leite e laticínios, sendo este o tipo mais comum de vegetarianismo; a pescetariana, que exclui todas as carnes de animais terrestres, mas inclui peixes e frutos do mar, além de laticínios e ovos (Melina, Craig & Levin, 2016). A alimentação que exclui a carne vermelha é dada como aquela onde não há o consumo de carne bovina, de

vitela, de porco, de cordeiro, de carneiro, de cavalo ou de cabra (Bouvard et al, 2015). Já a dieta vegana é definida pela exclusão de todos os produtos de origem animal tanto da alimentação, incluindo carnes brancas e vermelhas, leite e laticínios, ovos e mel, quanto na vida como um todo, isto é, em produtos como roupas e cosméticos (Craig, 2009; Melina, Craig & Levin, 2016).

As motivações para a adoção de dietas vegetarianas e veganas incluem preocupações com o bem-estar animal, sustentabilidade ambiental e benefícios para a saúde (Melina, Craig & Levin, 2016). Dietas baseadas em plantas são comumente associadas à redução da pegada ecológica, através da diminuição da emissão de gases de efeito estufa e o uso de água e solo (Poore e Nemecek, 2018). Já, em relação à produção de carne, é notado o contrário, já que os alimentos de origem animal, principalmente a carne bovina, são listados como um dos principais contribuintes para as mudanças climáticas e a degradação ambiental, além de fatores nutricionais prejudiciais (Sabaté et al, 2014).

Globalmente, a proporção de vegetarianos e veganos tem aumentado, refletindo mudanças nas atitudes em relação à saúde e ao meio ambiente. No Brasil, estima-se que cerca de 8% da população segue uma dieta vegetariana (IBOPE, 2018)<sup>1</sup>, enquanto em países como a Índia, esse número é significativamente maior devido a tradições culturais e religiosas de restrição do consumo de carne vermelha (Abonizio, 2016). Ao longo dos anos, houve um crescimento constante na adoção dessas dietas, principalmente em regiões urbanas e entre populações mais jovens (IBOPE, 2018).

Considerando questões nutricionais e ambientais, recomendações alimentares gerais têm sido formuladas para promover padrões alimentares que beneficiem tanto a saúde quanto o ambiente. O Guia Alimentar para a População Brasileira (Ministério da Saúde, 2014) destaca a importância do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados predominantemente de origem vegetal, desestimulando o consumo de alimentos ultraprocessados, sendo um dos primeiros a considerar o impacto ambiental do alto consumo de produtos de origem animal. Estas recomendações inovadoras focam em uma alimentação saudável e sustentável, incentivando práticas alimentares que reduzem o impacto ambiental e

---

<sup>1</sup> Em resposta à pergunta: O quanto você concorda com a declaração "sou vegetariano", 8% responderam que concordam totalmente e 6% que concordam parcialmente.

promovem a saúde pública de forma que desestimula o consumo de carne vermelha e sugere aumento do consumo de verduras e legumes.

A dieta planetária proposta pelo relatório EAT-Lancet sugere um padrão alimentar que apoia a saúde humana e a sustentabilidade do planeta, enfatizando o aumento do consumo de alimentos vegetais e a redução de produtos de origem animal. Isso porque dietas baseadas em alimentos integrais de origem vegetal estão associadas à redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como as doenças cardiovasculares, obesidade e diabetes, devido à melhor qualidade nutricional relacionada ao consumo de frutas, legumes e verduras, enquanto também diminuem a impacto ambiental (Willett, 2019).

Por outro lado, embora práticas veganas e vegetarianas possam estar ligadas a melhor qualidade nutricional da dieta e menor impacto ambiental, há uma crescente preocupação em relação ao consumo de produtos ultraprocessados entre pessoas que seguem essas práticas. Alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas), derivadas de constituintes alimentares (gorduras hidrogenadas, amidos modificados) ou sintetizadas em laboratórios a partir de substratos alimentares ou outras fontes orgânicas (realçadores de sabor, corantes, aromatizantes, aditivos cosméticos) (Monteiro et al, 2010).

Estudos realizados no Reino Unido (Torquato et al., 2023), e França (Touvier et al, 2017) mostram que pessoas autodeclaradas veganas e vegetarianas apresentam um consumo maior desses alimentos, representando mais da metade da energia consumida - no caso do primeiro, sobretudo de produtos que são substitutos de produtos de origem animal e associados a pior qualidade nutricional da dieta. Embora muitos produtos vegetais ultraprocessados tenham surgido para atender à crescente demanda por dietas veganas e vegetarianas, há preocupações sobre seu impacto na saúde. Estudos indicam que o consumo elevado de alimentos ultraprocessados está associado a riscos aumentados de DCNT, uma vez que, independentemente de sua origem vegetal, apresentam, em sua maioria, grandes quantidades de sódio, açúcares e gorduras (Lane et al, 2024).

Em 2020, no Brasil, o Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS) da Universidade de São Paulo (USP) lançou a coorte NutriNet-Brasil, que tem como objetivo investigar padrões alimentares praticados no

país e realizar associações com desfechos de saúde como a hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade, câncer, entre outras, sendo esta uma potencial ferramenta a ser utilizada para analisar o impacto do processamento alimentar na saúde, distinguindo os participantes por suas práticas alimentares (Universidade de São Paulo, 2020). Objetivo deste projeto é descrever o perfil sociodemográfico dos integrantes da coorte segundo práticas alimentares auto-reportadas, bem como seu consumo alimentar segundo o nível de processamento dos alimentos.

## **2. OBJETIVO**

### **2.1 OBJETIVOS GERAIS**

- Descrever o perfil sociodemográfico e o consumo alimentar de acordo com a classificação Nova segundo práticas alimentares autodeclaradas entre participantes do estudo NutriNet-Brasil..

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Descrever a frequência de autodeclaração de veganismo, vegetarianismo, não consumo de carne vermelha e onivorismo entre participantes do estudo NutriNet-Brasil;
- Caracterizar os participantes do estudo NutriNet-Brasil segundo gênero, raça/cor, faixa etária, escolaridade, renda e macrorregião de residência do país segundo práticas alimentares autodeclaradas;
- Analisar o consumo alimentar de acordo com a classificação Nova segundo práticas alimentares autodeclaradas entre participantes do estudo NutriNet-Brasil.

## **3. MÉTODO**

### **3.1 O ESTUDO NUTRINET-BRASIL**

O estudo NutriNet-Brasil é realizado pelo NUPENS/USP e tem a colaboração de outras unidades da USP e de universidades e institutos de pesquisa do Brasil, como a Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Universidade Federal de Pelotas (UFPe), Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e o Instituto Nacional do Câncer (INCA). Trata-se de um estudo de coorte que foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Saúde Pública da USP sob o número de parecer 2.728.201. O estudo é conduzido por meio de plataforma digital, na qual os participantes, após se cadastrarem e assinarem um termo de consentimento, são convidados a responderem periodicamente questões sobre alimentação e estado de saúde.

O objetivo do NutriNet-Brasil é estabelecer associações entre os padrões alimentares dos brasileiros e o desenvolvimento de doenças crônicas, identificando fatores que contribuem para o aumento ou diminuição do risco. Por serem relações complexas de se estabelecer, o acompanhamento é realizado de forma contínua, ao longo do tempo, o que caracteriza o NutriNet-Brasil como um estudo de coorte. Assim, o estudo pretende acompanhar 200 mil indivíduos de todas as regiões do país por pelo menos dez anos. Em novembro de 2024, o estudo possui 112.419 mil cadastrados.

A população do estudo é composta por voluntários residentes no Brasil, com 18 anos ou mais no momento de adesão ao estudo. A captação para participação é realizada por meio de chamadas publicadas em meio digital, como as redes sociais do próprio estudo, do NUPENS/USP, de outras instituições parceiras e de influenciadores; em meios de comunicação de massa, como televisão e rádio; em comunicações visuais afixadas em Unidades Básicas de Saúde; e em eventos e palestras.

A coleta de dados do NutriNet-Brasil é feita por meio de plataforma virtual, acessível por aparelhos como computador, tablet ou celular, na qual, a cada três meses, são disponibilizados questionários diversos sobre alimentação, estado de saúde e hábitos de vida dos participantes, de forma que os voluntários são notificados a cada novo questionário disponível.

Também são coletadas ao decorrer do estudo informações referentes a características sociodemográficas do participante (sexo, idade, região de residência e escolaridade).

## 3.2 DESENHO DO PRESENTE ESTUDO

Foi realizado um recorte transversal com dados da coorte NutriNet-Brasil.

### 3.2.1 Seleção Dos Participantes

Foram incluídos no estudo aqueles participantes que completaram pelo menos três recordatórios alimentares de 24 horas (R24h), os quais são coletados a cada seis meses como parte do seguimento da coorte. Este questionário foi utilizado para avaliação do consumo alimentar e para identificação da prática alimentar auto-relatada. Ainda, foram mantidos apenas os participantes que relataram a mesma prática alimentar em três questionários seguidos, independente das demais respostas.

### 3.2.2 Variáveis De Estudo e Análise De Dados

#### 3.2.2.1 Identificação Das Práticas Alimentares

Neste trabalho, foram estudadas as práticas “Sem carne vermelha”, “Vegetariana”, “Vegana” e “Onívora”. O preenchimento desta informação se deu via questionários de R24h, por meio da questão: “Marque se você tem alguma das seguintes restrições alimentares ou se segue algum tipo de alimentação especial”, sendo disponível para a resposta as opções: “Sem lactose”, “Sem glúten”, “Sem carne vermelha”, “Vegetariana”, “Vegana” e, por fim, “Não tenho nenhum desses tipos de restrição ou não sigo nenhum desses tipos de alimentação especial”.

#### 3.2.2.2 Identificação Das Variáveis Sociodemográficas

Foram utilizadas como variáveis descritivas as seguintes informações sociodemográficas: gênero (masculino e feminino), raça/cor da pele (branca, negra e amarela ou indígena), faixa etária (18-29, 30-39, 40-59 e ≥60 anos), macrorregião de residência (Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sul e Sudeste), escolaridade (Até

Ensino Médio Completo e Curso Superior) e renda (estratos A, B1, B2, C1, C2, D e E, definidos pela posse de bens, segundo a Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa - ABEP).

### 3.2.2.3 Descrição Do Consumo Alimentar

O consumo alimentar foi descrito segundo o nível de processamento, utilizando a classificação de alimentos Nova (Monteiro et al, 2019), que divide os alimentos em quatro grupos: *in natura* e minimamente processados, ingredientes culinários, processados e ultraprocessados.

Os alimentos *in natura* são aqueles obtidos diretamente da natureza sem que tenham sofrido qualquer tipo de alteração além daquelas necessárias para torná-los disponíveis para consumo, como é o caso de frutas, verduras, legumes, carnes frescas, ovos, leite fresco, entre outros. Já os minimamente processados - alimentos que, junto dos supracitados, integram a primeira classificação proposta por Monteiro (2010), são aqueles que passaram por processos mínimos de manipulação, como limpeza, remoção de partes não comestíveis, secagem, pasteurização, etc, que não envolvam a adição de substâncias aos alimentos. Exemplos deste grupo são arroz, feijão, grãos secos e castanhas.

O segundo grupo, dos ingredientes culinários, abarca os produtos extraídos de alimentos *in natura* ou minimamente processados, como óleos e gorduras, açúcares, sal e vinagre, sendo utilizados no preparo de alimentos do grupo anterior.

Em seguida, os alimentos processados são aqueles que resultam do uso de técnicas como a fermentação, a salga, o cozimento, e a adição de açúcar, óleos e gorduras e vinagre em componentes do primeiro grupo da classificação Nova. São representantes destes, os pães, queijos, conservas de legumes, compotas de frutas, carnes salgadas e defumadas.

Finalmente, os alimentos ultraprocessados são formulações que passaram por múltiplos processos industriais que combinam substâncias derivadas de alimentos com aditivos alimentares. Estes, são comercializados prontos para consumo e envolvem a adição de substâncias não comumente utilizadas na culinária doméstica, os chamados aditivos cosméticos - corantes, aromatizantes, entre outros,

presentes em produtos como refrigerantes, biscoitos recheados, salgadinhos, e produtos congelados pré-preparados (Monteiro et al, 2019).

Dados de consumo alimentar foram obtidos por meio do R24h. O NutriNet-Brasil utiliza um R24h eletrônico auto-preenchido desenvolvido e validado especialmente para a coorte, desenhado para captar informações detalhadas de processamento dos alimentos. Denominado Nova24h, o instrumento é composto por 58 perguntas-chave do tipo “sim” e “não” que questionam sobre o consumo de determinados alimentos onde, para cada resposta “sim”, são abertas novas perguntas que questionam o tipo de alimento consumido, as quantidades em medidas caseiras, os itens potencialmente adicionados e, quando necessário, detalhes adicionais. Para participantes autodeclarados veganos há uma advertência que diz: “Por favor, se você não encontrar no questionário uma versão vegana do alimento que consumiu, assuma que os alimentos ou preparações apresentados sejam livres de ingredientes de origem animal”.

A base bibliográfica das opções de quantidades, formas de preparo e medidas caseiras, é pautada na Pesquisa de Orçamentos Familiares de 2017-18 (Neri et al, 2022). As estimativas de consumo de energia e nutrientes são geradas automaticamente pelo questionário eletrônico a partir da Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TBCA, 1998).

### 3.2.3 Análise Estatística

A descrição da frequência de cada prática alimentar, bem como a caracterização sociodemográfica da população do estudo, foi realizada por meio de medidas de frequência absolutas e relativas. A descrição do consumo alimentar foi realizada por meio de medidas contínuas do percentual de participação calórica de cada grupo da classificação Nova, segundo cada prática alimentar. Também comparou-se o consumo alimentar através do percentual de contribuição calórica de subgrupos da classificação Nova de cada prática alimentar autodeclarada.

Por fim, essas estimativas foram analisadas por meio de regressão linear simples e ajustada para características sociodemográficas. As estimativas foram apresentadas por meio de médias brutas e ajustadas e seus intervalos de confiança de 95%. Foi considerado o nível de significância estatística para o teste de hipótese



de diferença das médias um valor de alfa de 0,05, além de calculados os desvios-padrões dos percentuais de contribuição calórica de subgrupos de alimentos.

A análise de dados foi realizada nos Software Stata 14.0<sup>®</sup>, RStudio<sup>®</sup> e Microsoft Excel<sup>®</sup>.

## **4. RESULTADOS**

Serão publicados em revista da área.

## **5. DISCUSSÃO**

Serão publicadas em revista da área.

## **6. CONCLUSÕES**

Serão publicadas em revista da área.

## **7. IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA NO CAMPO DE ATUAÇÃO**

Com base na Resolução Nº 600 de 2018 do Conselho Federal de Nutrição (CFN), a presente pesquisa se insere nas áreas de Nutrição em Saúde Coletiva e Alimentação Coletiva. No contexto da alimentação coletiva, a pesquisa aborda questões relacionadas ao acesso e à oferta institucional de alimentos que atendam aos princípios de saúde, sustentabilidade e justiça social.

O objetivo desta investigação é realizar e divulgar estudos que promovam o intercâmbio técnico e científico, contribuindo para a formação de uma base sólida de evidências científicas. Os resultados esperados têm o potencial de fornecer informações valiosas para governos, produtores e indivíduos, orientando o desenvolvimento de ações, programas e políticas públicas que visem a transformação dos sistemas alimentares em versões mais saudáveis, sustentáveis e

justas. Além disso, os resultados da pesquisa podem ser particularmente úteis para orientar atividades de promoção da alimentação adequada e saudável entre veganos e vegetarianos. Isso inclui iniciativas de educação alimentar e nutricional, promoção de habilidades culinárias e garantia de oferta de alimentos saudáveis para essa população no mercado.

Ademais, esta pesquisa responde a uma demanda crescente por práticas alimentares que não apenas priorizem a saúde, mas também abordem questões sociais e ambientais, contribuindo significativamente para o debate sobre a responsabilidade e ética nas escolhas alimentares. Busca-se, portanto, incentivar a adoção de hábitos que promovam a saúde coletiva, a equidade social e a preservação ambiental, alinhando-se às diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira, que valoriza alimentos in natura e minimamente processados. A pesquisa, assim, representa uma importante contribuição para o avanço de uma nutrição que se preocupa com o bem-estar tanto do indivíduo quanto da sociedade como um todo.

## **8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ABONIZIO, J. Conflitos à mesa: vegetarianos, consumo e identidade. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, v. 31, n. 90, p. 115–136, 2016.

AGNOLI, C. et al. Position paper on vegetarian diets from the working group of the Italian Society of Human Nutrition. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*, v. 27, n. 12, p. 1037-1052, 2017.

AMIT, M. et al. Vegetarian diets in children and adolescents. *Canadian Pediatric Association*, v. 15, n. 5, p. 303–314, 2010.

AMERICAN HEART ASSOCIATION. Heart and stroke encyclopedia: Vegetarian diets. 2020.

ANTUNES, A. B. S. et al. Dietary patterns of Brazilian adults in 2008–2009 and 2017–2018. *Rev Saúde Pública*, v. 55, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf>. Acesso em: 11 nov. 2024.

BOUVARD, V.; LOOMIS, D.; GUYTON, K. Z. et al. Carcinogenicity of consumption of red and processed meat. *Lancet Oncol.*, v. 16, n. 16, p. 1599-1600, 2015. DOI: 10.1016/S1470-2045(15)00444-1.

CHAI, B. C.; VAN DER VOORT, J. R.; GROFELNIK, K. et al. Which diet has the least environmental impact on our planet? A systematic review of vegan, vegetarian and omnivorous diets. *Sustainability*, v. 11, p. 4110, 2019.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. Parecer técnico sobre o vegetarianismo. Brasília: CFN, 2022. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2022/10/parecer\\_tecnico\\_vegetarianismo.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2022/10/parecer_tecnico_vegetarianismo.pdf). Acesso em: 11 nov. 2024.

CRAIG, W. J. Health effects of vegan diets. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 89, n. 5, p. 1627S-1633S, 2009.

CRAIG, W. J.; MANGELS, A. R.; FRESÁN, U. et al. The safe and effective use of plant-based diets with guidelines for health professionals. *Nutrients*, 2021.

CHUANG, S. Y.; CHIU, T. H.; LEE, C. Y. et al. Vegetarian diet reduces the risk of hypertension independent of abdominal obesity and inflammation: A prospective study. *J Hypertens*, 2016.

CURTAIN, F.; GRAFENAUER, S. Plant-based meat substitutes in the flexitarian age: an audit of products on supermarket shelves. *Nutrients*, v. 11, p. 2603, 2019.

GARCÍA, S.; PASTOR, R. et al. Ultra-processed foods consumption as a promoting factor of greenhouse gas emissions, water, energy, and land use: A longitudinal assessment. *Science of The Total Environment*, v. 891, 164417, 2023. DOI: 10.1016/j.scitotenv.2023.164417.

GONZÁLEZ-GARCÍA, S.; ESTEVE-LLORENS, X.; MOREIRA, M. T. et al. Carbon footprint and nutritional quality of different human dietary choices. *Sci Total Environ*, v. 644, p. 77–94, 2018.

HERCBERG, S.; CASTETBON, K.; CZERNICHOW, S.; MALON, A.; MEJEAN, C.; KESSE, E.; TOUVIER, M.; GALAN, P. The Nutrinet-Santé Study: a web-based prospective study on the relationship between nutrition and health and determinants of dietary patterns and nutritional status. *BMC Public Health*. 2010 May 11;10:242. doi: 10.1186/1471-2458-10-242. PMID: 20459807; PMCID: PMC2881098.

IBOPE. 14% da população se declara vegetariana. 2018. Disponível em: <http://www.ibopeinteligencia.com/noticias-e-pesquisas/14-da-populacao-se-declara-vegetariana/>. Acesso em: 11 nov. 2024.

KAHLEOVA, H.; LEVIN, S.; BARNARD, N. D. Vegetarian dietary patterns and cardiovascular disease. *Prog Cardiovasc Dis*, 2018.

KATZ, D. L.; MELLER, S. Can we say what diet is best for health? *Annual Review of Public Health*, v. 35, p. 83-103, 2014. DOI: 10.1146/annurev-publhealth-032013-182351.

KIPLE, K. F.; ORNELAS, K. C. (Eds.). *The Cambridge World History of Food*. Cambridge: Cambridge University Press, 2000.

LANE, M. M.; GAMAGE, E.; DU, S.; ASHTREE, D. N.; McGUINNESS, A. J.; GAUCI, S.; BAKER, P.; LAWRENCE, M.; REBHOLZ, C. M.; SROUR, B.; TOUVIER, M.; JACKA, F. N.; O'NEIL, A.; SEGASBY, T.; MARX, W. Ultra-processed food exposure and adverse health outcomes: Umbrella review of epidemiological meta-analyses. *BMJ (Clinical research ed.)*, v. 384, e077310, 2024. DOI: 10.1136/bmj-2023-077310.

LEITE, F. H. M.; KHANDPUR, N.; ANDRADE, G. C. et al. Ultra-processed foods should be central to global food systems dialogue and action on biodiversity. *BMJ Glob Health*, v. 7, n. 3, e008269, 2022. DOI: 10.1136/bmjgh-2021-008269.

LOURENÇO, B. H.; DEMÉTRIO, F.; SCAGLIUSI, F. B. Planejamento dietético: perspectivas para a promoção da alimentação adequada e saudável. In: CARDOSO, M. A.; SCAGLIUSI, F. B. (Org.). *Nutrição e Dietética*. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 271-280, 2019.

LOUZADA, M. L. C.; COSTA, C. D. S.; SOUZA, T. N. et al. Impact of ultra-processed food consumption on the health of children, adolescents, and adults: a scoping review. *Cad Saúde Pública*, v. 37, e00323020, 2022.

LOUZADA, M. L. C.; CRUZ, G. L.; SILVA, K. A. A. N. et al. Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008–2018. *Rev Saúde Pública*, v. 57, p. 12, 2023. DOI: 10.11606/s1518-8787.2023057004744.

MARRONE, G.; GUERRIERO, C.; PALAZZETTI, D. et al. Vegan diet health benefits in metabolic syndrome. *Nutrients*, 2021.

MARTINS, M. C. T.; PACHECO, F. J.; PACHECO, S. O. S. Dieta à base de vegetais: o estilo de vida do século XXI? In: FAINTUCH, J. (Ed.). *Manual de Residência de Nutrologia: Obesidade e Cirurgia da Obesidade*. 2. ed. São Paulo: Manole, 2022.

MELINA, V.; CRAIG, W.; LEVIN, S. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, v. 116, n. 12, p. 1970-1980, 2016. DOI: 10.1016/j.jand.2016.09.025.

MINTZ, S. W.; DU BOIS, C. M. The anthropology of food and eating. *Annual Review of Anthropology*, v. 31, p. 99-119, 2002. DOI: 10.1146/annurev.anthro.32.032702.131011.

MONTEIRO, C. A.; CANNON, G.; MOUBARAC, J. C. et al. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultraprocessing. *Public Health Nutrition*, v. 21, n. 1, p. 5-17, 2018.

MONTEIRO, C. A.; LEVY, R. B.; CLARO, R. M. et al. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 26, n. 11, p. 2039-2049, 2010.

MONTEIRO, C. A.; CANNON, G.; LEVY, R. B. et al. Ultra-processed foods: What they are and how to identify them. *Public Health Nutrition*, v. 22, n. 5, p. 936–941, 2019. DOI: 10.1017/S1368980018003762.

NAVOLAR, T. S. (Org.). *Nutrição vegetariana e plant-based diet*. São Paulo: Plenitude, 2022.

NORTH, M.; KLAS, A.; LING, M.; KOTHE, E. A qualitative examination of the motivations behind vegan, vegetarian, and omnivore diets in an Australian population. *Appetite*, v. 167, p. 105614, 2021. DOI: 10.1016/j.appet.2021.105614.

OLFERT, M. D.; WATTICK, R. A. Vegetarian diets and the risk of diabetes. *Curr Diab Rep*, 2018.

ORLICH, M. J.; SABATÉ, J.; MASHCHAK, A. et al. Ultra-processed food intake and animal-based food intake and mortality in the Adventist Health Study-2. *Am J Clin Nutr*, v. 115, p. 1589–1601, 2022.

POORE, J.; NEMECEK, T. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, v. 360, n. 6392, p. 987-992, 2018.

ROLFES, S. R.; PINNA, K.; WHITNEY, E. *Understanding Nutrition*. Cengage Learning, 2017.

SABATÉ, J.; SORET, S. Sustainability of plant-based diets: back to the future. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 100, suppl. 1, p. 476S-482S, 2014.

SCAGLIUSI, F. B.; LOURENÇO, B. H.; CARRIERO, M. R. Nutrição nos ciclos da vida: adultos e idosos. In: CARDOSO, M. A.; SCAGLIUSI, F. B. (Org.). Nutrição e Dietética. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 333-354, 2019.

SCHNABEL, L.; KESSE-GUYOT, E.; ALLÈS, B. et al. Association between ultraprocessed food consumption and risk of mortality among middle-aged adults in France. *JAMA Internal Medicine*, v. 179, n. 4, p. 490-498, 2019.

SLYWITCH, E. Alimentação sem carne: guia prático: o primeiro livro brasileiro que ensina como montar sua dieta vegetariana. 2. ed. São Paulo: Alaúde Editorial, 2015.

THE VEGAN SOCIETY. Ripened by human determination: 80 years of The Vegan Society. Disponível em: <https://www.vegansociety.com/sites/default/files/uploads/Ripened%20by%20human%20determination.pdf>. Acesso em: 31 out. 2024.

TORQUATO, B. M. de A.; MADRUGA, M.; LEVY, R. B.; DA COSTA LOUZADA, M. L.; RAUBER, F. The share of ultra-processed foods determines the overall nutritional quality of diet in British vegetarians. *British Journal of Nutrition*, v. 132, n. 5, p. 616–623, 2024. DOI: 10.1017/S0007114524001909.

TOUVIER, M.; DESCHASAU, M.; MONTAGNAC, G.; JULIA, C. The NutriNet-Santé study: a web-based prospective study on the relationship between nutrition and health in France. *European Journal of Public Health*, v. 27, supl. 3, ckx187.043, 2017.

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO (USP). Nupens lança o NutriNet-Brasil. Link para o estudo NutriNet-Brasil. Disponível em: <https://biblioteca.observatoriosaudepublica.com.br/documentos-umane/nupens-usp-lanca-o-estudo-nutrinet-brasil/>. Acesso em: 1 nov. 2024.

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES AND U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE. 2015-2020 Dietary Guidelines for Americans. 8.

ed. Disponível em: <http://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/>. Acesso em: 1 nov. 2024.

WICKRAMASINGHE, K.; BREDA, J.; BERDZULI, N. et al. The shift to plant-based diets: are we missing the point? *Glob Food Secur*, v. 29, p. 1–4, 2021.

WILLETT, W.; ROCKSTRÖM, J.; LOKEN, B.; SPRINGMANN, M.; LANG, T.; VERMEULEN, S.; ... MURRAY, C. J. L. Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, v. 393, n. 10170, p. 447-492, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Plant-Based Diets and their Impact on Health, Sustainability and the Environment: A Review of the Evidence. Copenhagen: WHO European Office for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases, 2021. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.