

Mapa da má alimentação revela participação de ultraprocessados na dieta dos brasileiros

 jornal.usp.br/ciencias/mapa-da-ma-alimentacao-revela-participacao-de-ultraprocessados-na-dieta-dos-brasileiros/

27 de agosto de 2025

Para pesquisador, alto consumo de ultraprocessados em algumas regiões foi alarmante, ainda que baixos valores não signifiquem necessariamente uma dieta saudável



Em Florianópolis, mais de 30% das calorias são provenientes de alimentos ultraprocessados, enquanto em Aroeira do Itaim, no Piauí, não chegam a 6%; participação calórica média de ultraprocessados no Brasil é de 20,2% – Foto: [Freepik](#)

Enquanto avançam no Brasil os debates sobre os prejuízos dos ultraprocessados à saúde, uma pesquisa da Faculdade de Saúde Pública (FSP) da USP estimou a participação calórica destes produtos nos 5.570 municípios brasileiros. Os resultados foram publicados em [artigo](#) na *Revista de Saúde Pública*, com autoria do pesquisador de pós-doutorado Leandro Cacau. Com um modelo estatístico de predição, a estimativa de participação de alimentos ultraprocessados desses municípios teve base nos dados do Censo Demográfico de 2010 e em 46 mil indivíduos maiores de dez anos participantes da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) de 2017-2018 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A média de consumo foi maior em pessoas do meio urbano que do rural, e nas capitais em relação aos demais municípios.

A participação considera a porcentagem de calorias provenientes de ultraprocessados em relação ao total de calorias consumidas por um indivíduo ou população, e a pesquisa revelou uma grande discrepância entre os Estados do Brasil. Essa diferença pode ser evidenciada comparando o município de Aroeira do Itaim, no Piauí, com 6% de

participação dos ultraprocessados, e Florianópolis, Santa Catarina, com mais de 30%. Em geral, as médias mais altas foram observadas no Distrito Federal e nos Estados do Sul e Sudeste, exceto no Espírito Santo. Os Estados da região Norte e Nordeste, com exceção da Bahia, apresentaram as mais baixas.



Leandro Cacau – Foto: Kio Lima –
Nupens, USP

Utilizando um modelo estatístico, a pesquisa extrapolou os dados para as cidades sobre as quais não havia informações disponíveis, gerando um mapa detalhado do consumo no Brasil. Para estimativa da média em função das características – como sexo, idade, renda, escolaridade, raça/cor, e localização geográfica – os pesquisadores utilizaram a regressão linear múltipla, método para prever valores com muitas variáveis.

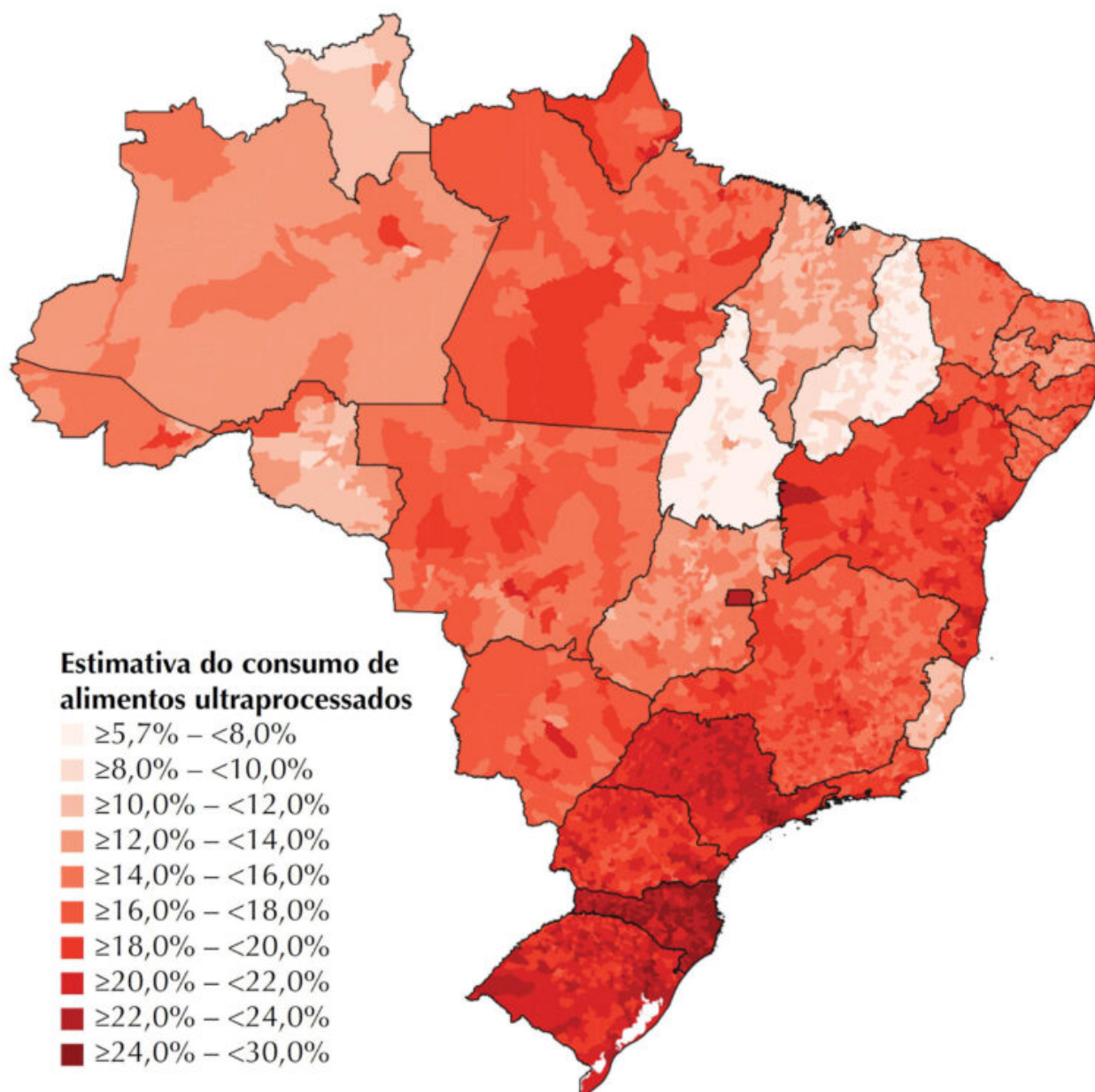
“Utilizamos esse modelo estatístico para poder extrapolar os resultados que temos da Pesquisa de Orçamentos Familiares. Depois, avaliamos se essa fórmula que criamos estava certa ou tinha algum erro, utilizando também métodos estatísticos, com os resultados positivos”, explica Cacau. Uma limitação reconhecida do estudo é o fato do censo utilizado ser referente a 2010; para contorná-la, um fator de correção foi aplicado. “Esse fator de correção foi construído com base no consumo preciso de alimentos ultraprocessados medido nas capitais e no Distrito Federal, onde entrevistadores avaliaram diretamente as pessoas. Esse dado foi considerado o nosso referencial”, continua.

“O consumo alto de ultraprocessados em algumas regiões foi bem alarmante, por outro lado baixos valores não significam uma dieta saudável” – Leandro Cacau

No Brasil como um todo, a média de participação calórica de alimentos ultraprocessados é de 20,2%. Em comparação com homens, a média das mulheres foi maior, embora diminua com o aumento da idade e aumente conforme nível de escolaridade e renda. Apesar do enfoque na dimensão quantitativa, uma análise qualitativa é necessária para entender o porquê dessas diferenças.

“Nossos principais objetivos eram que esses resultados fossem úteis para a tomada de decisão, especialmente para pensar políticas públicas e realizar ações mais locais. Queremos que os municípios possam utilizar esses resultados para desenvolver

estratégias específicas”, detalha o pesquisador.



Estimativas denotam discrepância entre áreas urbanas no sul e rurais no norte - Mapa: reprodução do artigo

Legislações urgentes para o Sul

Niterói e Rio de Janeiro implementam leis que proíbem a comercialização de ultraprocessados nas cantinas escolares. Em Niterói, a lei sancionada em janeiro de 2023 proíbe a venda de alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, salgadinhos de pacote e biscoitos recheados, nas escolas da cidade. Essa medida visa a prevenir a obesidade infantil e promover hábitos alimentares saudáveis. No Rio de Janeiro, a Câmara Municipal aprovou um projeto de lei em junho de 2023 que proíbe a venda de ultraprocessados em escolas públicas e privadas. O projeto de lei foi elaborado pelo Instituto de Estudos para Políticas de Saúde (IEPS) e outras organizações da sociedade civil.

A iniciativa é um pequeno passo diante da necessidade de políticas públicas voltadas para a região Sul. Em Santa Catarina, todos os municípios apresentaram estimativas acima de 20%. No município de Antônio Olinto, no Paraná, a porcentagem foi de 16% – a mais baixa do Estado – enquanto em Curitiba estima-se que a porcentagem de calorias provenientes de alimentos ultraprocessados chegue a 26,3%. As estimativas variaram no Rio Grande do Sul: de 17,6% no município de Coqueiro Baixo a 26,6% em Porto Alegre. Esses dados podem contribuir para a [estratégia Alimenta Cidades](#), lançada pelo governo federal no ano passado, por meio do Ministério do Desenvolvimento e Combate à Fome (MDS).



Alta participação calórica de ultraprocessados na dieta dos brasileiros gera problemas de saúde pública. Para os estados do Sul, com consumo ainda maior, proibição de comercializar os produtos em cantinas escolares deve ser considerada – Foto: [Freepik](#) Para avançar no objetivo de fomentar a segurança alimentar e nutricional nas cidades, foram selecionadas 60 cidades prioritárias com base em critérios como vulnerabilidade social e tamanho da população, distribuídas nas cinco regiões do País. Esses municípios receberão apoio técnico e institucional do governo federal para implementar ações de segurança alimentar e nutricional.

“Os objetivos da estratégia estão todos voltados para a alimentação saudável e adequada. Nossas estimativas podem contribuir diretamente para isso, apoiando a implementação de ações eficazes nas cidades selecionadas”, continua Leandro Cacau, também integrante do [Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde](#) (Nupens) da USP.

Além da fome, qualidade nutricional

O Brasil acaba de sair do mapa da fome, superando mais uma vez um cenário mais crítico da escassez alimentar. No entanto, há um desafio: o acesso a uma alimentação saudável. O trabalho destaca evidências de que domicílios de baixa renda e das regiões rurais do País apresentam alto consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados e ingredientes culinários. No entanto, outro estudo conduzido pelo Nupens define que esse consumo é marcado por alimentos básicos, como arroz, açúcar e farinhas. Enquanto isso, outros alimentos saudáveis, como frutas, legumes e verduras, que promoveriam maior diversidade alimentar, são precários. Ou seja, a baixa participação de alimentos ultraprocessados no consumo de calorias não implica, necessariamente, qualidade da alimentação.

“O consumo excessivo de ultraprocessados está ligado ao aumento de doenças crônicas. Essa pesquisa ajuda a entender onde estão os maiores desafios, porque traz estimativas – município a município – sobre a participação desses produtos na dieta. Mas ainda precisamos avançar: faltam dados mais desagregados por gênero, faixa de renda e etnia, e também indicadores sobre a diversidade e a qualidade nutricional das dietas”, indica Maria Laura Louzada, pesquisadora do Nupens, professora da FSP e coautora do artigo.

“A política das cantinas é um exemplo concreto que pode ser expandido para outras regiões, especialmente no Sul, onde os dados mostram índices mais altos de consumo” – Maria Laura Louzada



Maria Laura Louzada – Foto: Arquivo pessoal

“Além disso, os resultados do estudo podem embasar programas municipais de cozinhas solidárias, educação nutricional, políticas de incentivo à agricultura familiar e à compra institucional de hortifrutis, e até debates sobre subsídios ou taxações que tornem os alimentos frescos mais acessíveis e desestimulem o consumo excessivo de ultraprocessados”, detalha. Outra possibilidade é que os municípios usem esses indicadores para metas objetivas de redução do consumo de ultraprocessados.

As estimativas de todos os municípios estão disponíveis publicamente [neste link](#). O artigo intitulado *Estimativa da participação de alimentos ultraprocessados nos municípios brasileiros* pode ser acessado clicando [aqui](#).

Mais informações: e-mail lcacau@usp.br, com Leandro Cacau

**Estagiário sob orientação de Tabita Said*

***Estagiária sob orientação de Moisés Dorado*



Política de uso

A reprodução de matérias e fotografias é livre mediante a citação do Jornal da USP e do autor. No caso dos arquivos de áudio, deverão constar dos créditos a Rádio USP e, em sendo explicitados, os autores. Para uso de arquivos de vídeo, esses créditos deverão mencionar a TV USP e, caso estejam explicitados, os autores. Fotos devem ser creditadas como USP Imagens e o nome do fotógrafo.