

JORNAL NACIONAL

Moedas				B3	Moedas		
Dólar Comercial	Dólar Turismo	Euro Comercial	Euro Turismo	Ibovespa	Dólar Comercial	Dólar Turismo	Oferecido por
R\$ 5,753	R\$ 5,953	R\$ 6,215	R\$ 6,437	131.023 pts	R\$ 5,753	R\$ 5,953	
↑ 0,77%	↑ 0,43%	↑ 0,64%	↑ 0,2%	↓ -0,14%	↑ 0,77%	↑ 0,43%	

Fonte: Valor PRO

Brasil é inspiração para pesquisas científicas em vários países do mundo quando o assunto é alimentação saudável

Um levantamento recente mostra que a má alimentação custa mais de R\$ 9 bilhões por ano ao SUS, porque ela provoca doenças como diabetes, obesidade e hipertensão.

Por Jornal Nacional

16/10/2024 21h07 · Atualizado há uma semana



Brasil é inspiração para pesquisas científicas em vários países quando o assunto é alimentação saudável

O **Brasil** tem sido inspiração para pesquisas científicas em vários países do mundo quando o assunto é **alimentação saudável**.

A cena é cada vez mais comum nas escolas do país.

“A diferença é que o industrializado passa por fases antes de chegar na nossa mesa e o natural vem direto da natureza”, diz o estudante Heitor do Nascimento dos Santos.

Quem deu início a essa **revolução** foi a equipe liderada pelo pesquisador Carlos Monteiro, da **USP**. No início dos anos 2000, os cientistas brasileiros dividiram os alimentos em quatro grupos, que fazem uma enorme diferença na nossa nutrição. A chamada nova classificação separa os alimentos in natura ou minimamente processados, os ingredientes culinários, os processados e os ultraprocessados.



Nova classificação dos alimentos — Foto: Jornal Nacional/ Reprodução

Um levantamento recente mostra que a má alimentação custa mais de R\$ 9 bilhões por ano ao **Sistema Único de Saúde**, porque ela provoca doenças como diabetes, obesidade e hipertensão.

“Os alimentos naturais são combinações de carboidratos, proteínas, fibras, vitaminas, minerais que a natureza faz, ela constrói e que são esses os alimentos adequados para os nossos sistemas biológicos. Por isso que cozinhar é tão importante. Preparar os alimentos é muito importante”, afirma Carlos Augusto Monteiro, pesquisador do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da USP.

Há dez anos, as recomendações dos pesquisadores da USP foram adotadas pelo **Guia Alimentar para a População Brasileira** do **Ministério da Saúde**. A medida teve impacto em políticas públicas, que levaram as escolas a servir alimentos mais saudáveis aos alunos. As cantinas em todo o país passaram a incluir mais frutas e verduras no cardápio. Além disso, os alunos de uma escola aprendem sobre a importância dos bons hábitos alimentares.

“Eles fazem oficinas de culinária onde manipulam os alimentos, descobrem as características desses alimentos e os benefícios deles para o próprio organismo”, conta Raquel Queiroz, diretora de escola.

*“O estudo brasileiro mudou o paradigma da alimentação no mundo”, diz o pesquisador e médico britânico Chris van Tulleken. Ele está no Brasil e faz parte de comissões sobre alimentação da Organização Mundial da Saúde e do Fundo das Nações Unidas para Infância. Chris diz que no **Reino Unido**, 60% das calorias consumidas por crianças vêm de produtos que não alimentam adequadamente e que as maiores universidades do mundo passaram a pesquisar o tema nos últimos anos graças ao Brasil. E conclui:*

“Temos que aprender com os cientistas brasileiros”.

LEIA TAMBÉM

- **Governo lança plano para incentivar produção de arroz e criar novos 'sacolões populares'**
- **CCJ do Senado aprova proposta que reduz impostos de empresas que doarem alimentos**